

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.02.02.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tésztas 'sertéshús-, cukormentes' (9)*; Alma;	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
KEDD 2026.02.03.	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;
	Övoda: EN=332,30kcal FH=10,10g ZS=6,90g SZH=21,20g CK=0,30g SÓ=1,20g TZS=2,70g Iskola: EN=217,50kcal FH=14,20g ZS=7,00g SZH=24,10g CK=0,30g SÓ=1,90g TZS=0,90g Kisiskola: EN=235,50kcal FH=16,60g ZS=7,70g SZH=24,40g CK=0,30g SÓ=2,10g TZS=0,90g	Övoda: EN=410,10kcal FH=14,30g ZS=6,70g SZH=71,30g CK=0,50g SÓ=0,90g TZS=0,50g Iskola: EN=568,70kcal FH=19,90g ZS=11,60g SZH=94,00g CK=0,30g SÓ=1,40g TZS=1,00g Kisiskola: EN=696,00kcal FH=26,10g ZS=13,20g SZH=115,20g CK=1,0,60g SÓ=1,70g TZS=1,10g	Övoda: EN=222,30kcal FH=6,70g ZS=9,10g SZH=26,00g CK=0,60g SÓ=0,80g TZS=4,30g Iskola: EN=233,50kcal FH=8,20g ZS=9,20g SZH=28,90g CK=0,60g SÓ=0,90g TZS=4,30g Kisiskola: EN=230,70kcal FH=16,50g ZS=16,70g SZH=23,80g CK=0,30g SÓ=2,10g TZS=0,90g
SZERDA 2026.02.04.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék tejfőös (2)*;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	Övoda: EN=135,90kcal FH=4,20g ZS=3,90g SZH=20,80g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=0,90g Iskola: EN=149,50kcal FH=4,90g ZS=4,00g SZH=23,40g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g Kisiskola: EN=150,70kcal FH=6,00g ZS=4,10g SZH=23,60g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Övoda: EN=465,40kcal FH=24,00g ZS=16,10g SZH=63,30g CK=3,70g SÓ=0,60g TZS=0,70g Iskola: EN=583,60kcal FH=29,70g ZS=20,40g SZH=64,20g CK=4,50g SÓ=1,00g TZS=1,10g Kisiskola: EN=688,20kcal FH=33,10g ZS=23,90g SZH=74,30g CK=5,10g SÓ=1,00g TZS=1,30g	Övoda: EN=203,10kcal FH=6,60g ZS=10,60g SZH=20,50g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=3,70g Iskola: EN=261,50kcal FH=8,90g ZS=15,10g SZH=22,80g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=6,50g Kisiskola: EN=281,50kcal FH=8,90g ZS=16,10g SZH=22,80g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=6,50g
CSÜTÖRTÖK 2026.02.05.	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)*;
	Övoda: EN=223,90kcal FH=10,40g ZS=6,90g SZH=30,00g CK=0,60g SÓ=0,80g TZS=2,70g Iskola: EN=258,50kcal FH=12,70g ZS=7,80g SZH=34,80g CK=1,10g SÓ=0,90g TZS=3,10g Kisiskola: EN=282,70kcal FH=14,30g ZS=8,60g SZH=37,40g CK=1,4,10g SÓ=1,00g TZS=3,50g	Övoda: EN=415,30kcal FH=23,20g ZS=11,80g SZH=51,30g CK=1,10g SÓ=0,30g TZS=0,70g Iskola: EN=525,70kcal FH=29,00g ZS=16,80g SZH=63,50g CK=1,30g SÓ=0,80g TZS=1,10g Kisiskola: EN=605,80kcal FH=32,30g ZS=19,00g SZH=72,90g CK=1,40g SÓ=1,00g TZS=1,40g	Övoda: EN=146,30kcal FH=6,00g ZS=4,20g SZH=21,00g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=1,00g Iskola: EN=171,50kcal FH=8,60g ZS=4,70g SZH=23,90g CK=0,30g SÓ=1,70g TZS=1,20g Kisiskola: EN=178,50kcal FH=8,60g ZS=4,90g SZH=24,30g CK=0,30g SÓ=1,90g TZS=1,20g
PÉNTEK 2026.02.06.	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Zöldsgleves 'tej-, cukormentes'; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt rizs;	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	Övoda: EN=230,80kcal FH=12,00g ZS=10,60g SZH=21,10g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=5,40g Iskola: EN=276,20kcal FH=15,30g ZS=13,20g SZH=23,70g CK=0,40g SÓ=1,30g TZS=5,90g Kisiskola: EN=308,80kcal FH=18,00g ZS=15,60g SZH=23,80g CK=0,40g SÓ=1,50g TZS=6,40g	Övoda: EN=554,60kcal FH=23,00g ZS=23,70g SZH=60,40g CK=2,30g SÓ=0,20g TZS=1,80g Iskola: EN=708,20kcal FH=29,00g ZS=29,30g SZH=79,60g CK=3,00g SÓ=0,20g TZS=2,20g Kisiskola: EN=845,80kcal FH=31,10g ZS=34,50g SZH=97,80g CK=3,70g SÓ=0,30g TZS=2,60g	Övoda: EN=207,00kcal FH=6,90g ZS=9,60g SZH=23,00g CK=0,40g SÓ=1,00g TZS=1,40g Iskola: EN=222,20kcal FH=7,60g ZS=9,80g SZH=25,80g CK=0,40g SÓ=1,10g TZS=1,40g Kisiskola: EN=324,40kcal FH=10,30g ZS=18,90g SZH=27,90g CK=0,40g SÓ=1,50g TZS=2,70g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
1300A1 Diabeteusz

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;
TZS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén, 2=Tej, 3=Tojás, 4=Szója, 5=Zeller, 6=Diófélék, mandula, pisztácia, 8=Földimogyoró, 9=Hal, 10=Rákfélék, 11=Mustár, 12=Szezammag, 13=Kén-dioxid, 14=Csilagfűrt, 15=Édesfűszer, 16=Phenolok
Szegedi OVI (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. dietetikustól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*;		Meggyleves (cukorkornentes, tejment) (15)*; Bácskai rizseshús sertés; Uborkasaláta 'Cukorkornentes' (15)*;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrésű kenyér (1)*;	
HÉTFŐ 2026.02.09.		Óvoda: EN=173,20kcal FH=5,90g ZS=7,30g SZH=20,80g CK=0,40g SO=1,00g Tzs=2,10g Iskola: EN=225,00kcal FH=8,40g ZS=10,80g SZH=23,60g CK=0,60g SO=1,50g Tzs=3,30g K. Iskola: EN=245,10kcal FH=9,40g ZS=12,60g SZH=23,70g CK=0,70g SO=1,70g Tzs=3,90g		Óvoda: EN=201,00kcal FH=6,50g ZS=6,50g SZH=22,10g CK=0,40g SO=1,00g Tzs=1,40g Iskola: EN=212,20kcal FH=7,00g ZS=6,60g SZH=24,40g CK=0,40g SO=1,10g Tzs=1,40g K. Iskola: EN=312,40kcal FH=8,60g ZS=18,70g SZH=26,10g CK=0,40g SO=1,50g Tzs=2,70g	
KEDD 2026.02.10.		Tea (diabetikus) (15)*; Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*;		Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*; Alma;	
Óvoda: EN=151,00kcal FH=6,30g ZS=4,50g SZH=21,30g CK=0,30g SO=0,90g Tzs=1,10g Iskola: EN=180,60kcal FH=8,20g ZS=5,20g SZH=24,40g CK=0,40g SO=1,30g Tzs=1,20g K. Iskola: EN=189,60kcal FH=10,40g ZS=6,40g SZH=24,90g CK=0,40g SO=1,50g Tzs=1,30g		Óvoda: EN=541,20kcal FH=21,90g ZS=20,80g SZH=86,40g CK=2,10g SO=0,40g Tzs=1,20g Iskola: EN=709,70kcal FH=28,20g ZS=27,20g SZH=98,30g CK=3,50g SO=0,70g Tzs=1,60g K. Iskola: EN=852,90kcal FH=31,90g ZS=32,80g SZH=104,30g CK=4,80g SO=0,80g Tzs=2,00g		Óvoda: EN=186,40kcal FH=4,30g ZS=3,90g SZH=28,00g CK=0,30g SO=0,80g 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	
SZERDA 2026.02.11.		Tea (diabetikus) (15)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*;		Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*; Uborka;	
Óvoda: EN=203,80kcal FH=6,60g ZS=10,60g SZH=20,80g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=3,70g Iskola: EN=262,60kcal FH=8,90g ZS=16,10g SZH=22,90g CK=0,40g SO=1,60g Tzs=6,50g K. Iskola: EN=282,60kcal FH=9,90g ZS=15,10g SZH=22,90g CK=0,40g SO=1,60g Tzs=5,60g		Óvoda: EN=458,70kcal FH=21,90g ZS=14,60g SZH=85,40g CK=10,20g SO=0,40g Tzs=1,40g Iskola: EN=568,40kcal FH=23,60g ZS=18,70g SZH=96,30g CK=12,10g SO=0,70g Tzs=1,80g K. Iskola: EN=710,20kcal FH=24,10g ZS=23,60g SZH=104,30g CK=16,80g SO=0,80g Tzs=2,20g		Óvoda: EN=183,60kcal FH=7,60g ZS=7,00g SZH=22,30g CK=0,30g SO=1,00g Tzs=1,80g Iskola: EN=197,20kcal FH=8,30g ZS=7,10g SZH=24,30g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=1,80g K. Iskola: EN=277,60kcal FH=11,80g ZS=13,70g SZH=26,50g CK=0,30g SO=1,50g Tzs=3,50g	
CSÜTÖRTÖK 2026.02.12.		Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrésű kenyér (1)*; Uborka;		Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*; Alma;	
Óvoda: EN=133,20kcal FH=7,10g ZS=1,80g SZH=21,70g CK=0,30g SO=0,60g Tzs=0,20g Iskola: EN=168,00kcal FH=10,00g ZS=2,90g SZH=25,00g CK=0,50g SO=0,70g Tzs=0,20g K. Iskola: EN=177,00kcal FH=10,90g ZS=3,30g SZH=25,50g CK=0,50g SO=0,80g Tzs=0,20g		Óvoda: EN=451,70kcal FH=24,60g ZS=13,00g SZH=83,70g CK=3,80g SO=0,50g Tzs=0,60g Iskola: EN=586,60kcal FH=31,20g ZS=17,80g SZH=99,00g CK=6,20g SO=0,80g Tzs=0,90g K. Iskola: EN=678,00kcal FH=35,30g ZS=20,10g SZH=112,00g CK=6,5,90g SO=1,10g Tzs=1,20g		Óvoda: EN=166,40kcal FH=4,30g ZS=3,90g SZH=28,00g CK=0,30g SO=0,80g Tzs=0,90g Iskola: EN=180,00kcal FH=6,00g ZS=4,00g SZH=33,10g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g K. Iskola: EN=180,00kcal FH=6,00g ZS=4,00g SZH=33,10g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g	
PÉNTEK 2026.02.13.		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrésű kenyér (1)*;	
Óvoda: EN=228,30kcal FH=9,10g ZS=8,20g SZH=26,90g CK=6,00g SO=0,80g Tzs=4,30g Iskola: EN=243,50kcal FH=9,80g ZS=9,40g SZH=28,80g CK=6,00g SO=0,90g Tzs=4,30g K. Iskola: EN=245,50kcal FH=9,90g ZS=9,40g SZH=30,10g CK=6,00g SO=0,90g Tzs=4,30g		Óvoda: EN=465,60kcal FH=15,60g ZS=24,50g SZH=42,20g CK=6,70g SO=0,40g Tzs=1,00g Iskola: EN=617,70kcal FH=20,70g ZS=32,90g SZH=55,10g CK=8,70g SO=0,70g Tzs=1,50g K. Iskola: EN=705,00kcal FH=23,60g ZS=36,00g SZH=62,20g CK=10,70g SO=0,80g Tzs=1,70g		Óvoda: EN=244,30kcal FH=9,90g ZS=3,90g SZH=47,30g CK=0,30g SO=0,80g 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=76,60g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk

SULI-HOST

6724 Szeged, Kenyérárai út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-015
E-mail: mail@suli-host.hu

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂;
Tzs=Telített zsír.

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tofás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Ráktéték; 11=Múster; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;			Őszibarack leves (cukormentes, tejmentes) (15)*; Sertésragu; Petrezselymes rizs;			Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;		
HÉTFŐ 2026.02.23.			Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Sertés sült; Burgonyafőzelék 'tejmentes'; Alma;			Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		
Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			KEDD 2026.02.24.			Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek;		
Tej (2)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			SZERDA 2026.02.25.			Tea (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		
CSÜTÖRTÖK 2026.02.26.			PÉNTEK 2026.02.27.			Burgonyaleves (tejmentes); Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabfőzelék (tejfőős, cukormentes) (2)*; Alma;		
Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Étlap váltóztatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk			Étlap név: 1300A1 Diabetesz		



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

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;

9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesítőszerek; 16=Pináteszték

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (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 (+36-30-635-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.02.01.-től 2026.02.28.-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
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
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt 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', Őrölt 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
Bazsalikom 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
Bolognai halás-teszta 'serteshús-, cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	300,80kcal	10,70g	5,40g	51,50g	3,50g	0,80g	0,40g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt 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, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,30kcal	16,80g	6,00g	1,30g	0,30g	0,10g	0,20g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,30kcal	13,20g	8,20g	3,70g	0,50g	0,20g	0,80g
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
Burgonyafőzelék tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	240,50kcal	5,60g	3,70g	42,40g	0,10g	0,20g	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
Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pirítványpaprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	131,50kcal	11,10g	7,30g	4,60g	0,20g	0,00g	0,50g
Csirke pizza szelet Hyza Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza	18,00kcal	2,40g	0,60g	0,90g	0,00g	0,30g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.02.01.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt 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, Kacsa tészta, Őrölt 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
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,20kcal	5,00g	4,30g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,00g	0,10g	1,30g	5,00g
Harcspástétom paradicsomos 30g 'dupla' Összetétel: Paradicsomos harcspástétom	201,60kcal	5,30g	18,30g	3,80g	0,10g	0,80g	2,50g
Házi pulykahúsoskrém 'glutén, tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Pulykasonka	40,60kcal	4,80g	2,40g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Hentes sertésragu 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	143,00kcal	15,30g	7,30g	3,20g	0,30g	0,50g	0,40g
Húsgombóc sült tojásmént. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	218,30kcal	9,70g	13,90g	12,40g	0,10g	0,00g	0,20g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,30g	0,00g	0,40g	0,00g	0,00g	0,00g
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
Káposzta-sárgarépa saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Sárgarépa, Só 'jódozott'	21,60kcal	0,90g	0,10g	4,00g	1,00g	0,00g	0,00g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	275,40kcal	20,70g	8,80g	27,10g	0,20g	0,30g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.02.01.-tól 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Karalábé leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,80kcal	1,60g	1,20g	10,20g	3,50g	0,20g	0,10g
Karalábé leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	76,40kcal	1,60g	3,10g	10,20g	3,50g	0,20g	0,30g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,20g	5,70g	5,70g	0,20g	3,40g
Kelkáposztafőzelék tej,lisztmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Rizsliszt, Só 'jódozott'	218,00kcal	5,50g	5,30g	35,30g	0,00g	0,10g	0,50g
Kertész leves (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,30kcal	1,30g	3,00g	7,40g	1,40g	0,10g	0,30g
Kockasajt 'dupla' Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,30g	0,00g	1,20g	4,50g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. ínycs zöldség keverék, Fagy. piritamin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,10kcal	6,90g	9,80g	36,10g	0,20g	0,00g	0,60g
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
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,50kcal	16,80g	8,30g	0,70g	0,10g	0,10g	0,20g
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
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 sült 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 '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: 2026.02.01.-től 2026.02.28.-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
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
Paradicsom mártás 'Cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	83,30kcal	3,00g	2,30g	12,50g	5,00g	0,10g	0,30g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,70g	9,20g	1,90g	0,10g	0,40g	1,20g
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 sertés szelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,40kcal	16,80g	11,10g	0,70g	0,20g	0,10g	0,50g
Párolt zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,70kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,10g	0,00g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,60kcal	5,00g	8,00g	36,80g	0,00g	0,10g	0,80g
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
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	170,60kcal	17,30g	9,20g	3,50g	0,40g	0,10g	0,20g
Rakott zöldbab tejmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Liga margarin kocka, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Rizsital, Rizsliszt, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	407,70kcal	15,80g	20,00g	38,20g	4,20g	0,10g	0,70g
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
Rostonhal zöldfűszeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,60kcal	9,40g	9,80g	4,30g	0,00g	0,90g	1,00g
Sajtos-tejfőlés 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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.02.01.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajtszórát Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,40g	0,10g	0,00g	0,20g	2,20g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,60kcal	17,10g	10,20g	1,60g	0,50g	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
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,10kcal	2,80g	4,20g	53,90g	0,00g	0,10g	0,30g
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 virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,00g	0,10g	1,30g	5,00g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,00kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,10g	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	1,20g	2,20g	11,40g	1,00g	0,20g	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
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 kiörlésű kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	100,80kcal	3,90g	0,40g	20,30g	0,30g	0,60g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.02.01.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,10g	0,30g	0,70g	0,00g	0,50g	0,10g
Tökfőzelék (cukormentes, tejfölös) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Folyékony édesítőszer, Kapor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	142,60kcal	2,80g	6,00g	18,30g	5,40g	0,10g	0,60g
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: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Folyékony édesítőszer, Kigyó uborka, Só 'jódozott'	8,50kcal	0,70g	0,10g	1,20g	0,00g	0,10g	0,00g
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	211,80kcal	17,80g	13,60g	3,50g	0,70g	0,20g	0,60g
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
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,00g	0,30g	1,10g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,10kcal	1,90g	1,40g	10,40g	1,70g	0,10g	0,20g
Zöldbab leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	90,30kcal	3,20g	1,50g	15,20g	2,40g	0,20g	0,20g
Zöldbabfőzelék (tejfölös,cukormentes) Összetétel: Bioecet, 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
Zöldséges rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Trappista sajt, Vöröshagyma	352,10kcal	19,30g	11,00g	39,30g	0,20g	0,10g	1,20g
Zöldséges rizses 'pulyka' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	219,00kcal	7,70g	7,70g	28,90g	2,00g	0,50g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.02.01.-től 2026.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zöldségkrémleves Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	93,10kcal	1,90g	4,00g	11,80g	1,90g	0,10g	0,30g
Zöldségleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	69,90kcal	1,90g	2,70g	9,10g	1,90g	0,20g	0,30g
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