

	Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
	Tea (diabetikus) (15)*; Zöldfűszerez harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Rizseshús 'sertés';			Zöldpaprika; Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		
HÉTFŐ 2026.03.02.	Övoda: EN=201,70kcal FH=6,50g ZS=9,50g SZH=22,20g CK=0,40g SO=1,00g Tzs=1,40g Iskola: EN=213,30kcal FH=7,00g ZS=9,60g SZH=24,50g CK=0,50g SO=1,10g Tzs=1,40g			Övoda: EN=377,90kcal FH=17,20g ZS=10,40g SZH=52,00g CK=2,00g SO=0,60g Tzs=0,60g Iskola: EN=467,50kcal FH=21,00g ZS=13,40g SZH=63,60g CK=2,50g SO=1,00g Tzs=0,90g			Övoda: EN=228,30kcal FH=9,10g ZS=9,20g SZH=26,90g CK=6,00g SO=0,80g Tzs=4,30g Iskola: EN=243,50kcal FH=9,80g ZS=9,40g SZH=29,80g CK=6,00g SO=0,90g Tzs=4,30g		
KEDD 2026.03.03.	Tea (diabetikus) (15)*; Házi pulkahnúskrém; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;			Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek ingyen (5)*; Párolt rizs;			Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		
	Övoda: EN=174,50kcal FH=6,50g ZS=6,10g SZH=21,00g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=1,00g Iskola: EN=222,50kcal FH=11,30g ZS=8,90g SZH=23,70g CK=0,40g SO=0,80g Tzs=1,20g			Övoda: EN=511,80kcal FH=24,50g ZS=20,50g SZH=55,50g CK=5,40g SO=0,20g Tzs=1,30g Iskola: EN=670,50kcal FH=30,90g ZS=26,50g SZH=71,00g CK=7,10g SO=0,50g Tzs=1,60g			Övoda: EN=244,30kcal FH=9,90g ZS=3,90g SZH=47,30g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g Iskola: EN=255,50kcal FH=14,40g ZS=4,00g SZH=49,60g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g		
SZERDA 2026.03.04.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek;			Lebbence 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 SO=1,10g Tzs=5,40g Iskola: EN=276,10kcal FH=15,40g ZS=13,20g SZH=23,40g CK=0,30g SO=1,30g Tzs=6,80g			Övoda: EN=428,40kcal FH=25,40g ZS=13,60g SZH=42,10g CK=9,90g SO=0,50g Tzs=1,30g Iskola: EN=555,90kcal FH=31,80g ZS=18,30g SZH=53,30g CK=11,80g SO=0,80g Tzs=1,90g			Övoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,00g SZH=21,90g CK=0,30g SO=1,00g Tzs=1,80g Iskola: EN=191,20kcal FH=7,80g ZS=7,10g SZH=24,10g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=1,80g		
CSÜTÖRTÖK 2026.03.05.	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 SO=0,80g Tzs=2,70g Iskola: EN=263,50kcal FH=12,80g ZS=8,00g SZH=35,60g CK=11,80g SO=0,90g Tzs=3,10g			Övoda: EN=399,00kcal FH=16,20g ZS=11,20g SZH=53,60g CK=5,30g SO=1,20g Tzs=1,00g Iskola: EN=517,30kcal FH=20,40g ZS=15,90g SZH=67,20g CK=7,10g SO=1,60g Tzs=1,50g			Övoda: EN=129,00kcal FH=6,50g ZS=1,80g SZH=21,50g CK=0,30g SO=0,60g Tzs=0,20g Iskola: EN=168,40kcal FH=8,90g ZS=3,60g SZH=24,80g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,20g		
PÉNTEK 2026.03.06.	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni 'Cukormentes'; Sajszórárt (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 SO=0,80g Tzs=2,00g Iskola: EN=221,80kcal FH=9,60g ZS=10,00g SZH=23,30g CK=0,50g SO=1,40g Tzs=3,10g			Övoda: EN=589,90kcal FH=22,30g ZS=23,20g SZH=69,90g CK=6,00g SO=0,50g Tzs=2,60g Iskola: EN=785,90kcal FH=29,60g ZS=31,60g SZH=92,00g CK=7,60g SO=0,70g Tzs=3,70g			Övoda: EN=262,30kcal FH=11,10g ZS=9,60g SZH=31,80g CK=0,30g SO=0,60g Tzs=0,90g Iskola: EN=277,50kcal FH=11,80g ZS=9,80g SZH=34,70g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g		



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
 6724 Szeged, Kertészvárosi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
 E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:
 1300A1 Diabeteusz

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂;
 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=Szézám; 13=Kén-dioxid; 14=Ciliagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
 Szegedi OVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST
 Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
 SULI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Sajtos tészta (diabetikus) (2)*; Alma;			Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		
HÉTFŐ 2026.03.09.	Övoda: EN=220,30kcal FH=10,10g ZS=6,90g SZH=29,50g CK=9,50g SÓ=0,80g TZS=2,70g			Övoda: EN=514,50kcal FH=15,00g ZS=19,90g SZH=67,00g CK=0,60g SÓ=1,20g TZS=6,90g			Övoda: EN=167,90kcal FH=8,80g ZS=5,30g SZH=20,80g CK=0,30g SÓ=1,20g TZS=0,90g		
	Iskola: EN=253,50kcal FH=12,20g ZS=7,80g SZH=34,10g CK=11,80g SÓ=0,90g TZS=3,10g			Iskola: EN=683,70kcal FH=19,80g ZS=27,40g SZH=87,20g CK=0,70g SÓ=2,00g TZS=9,40g			Iskola: EN=213,50kcal FH=14,10g ZS=6,80g SZH=23,40g CK=0,30g SÓ=1,90g TZS=0,90g		
	K. Iskola: EN=276,50kcal FH=13,70g ZS=8,50g SZH=36,40g CK=14,10g SÓ=1,00g TZS=3,60g			K. Iskola: EN=780,40kcal FH=22,40g ZS=29,10g SZH=104,50g CK=0,80g SÓ=2,10g TZS=10,10g			K. Iskola: EN=230,70kcal FH=16,50g ZS=7,60g SZH=23,60g CK=0,30g SÓ=2,10g TZS=0,90g		
	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vagdatl (diabetikus); Zöldborsfőzelék Cukormentes (2, 15)*;			Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		
KEDD 2026.03.10.	Övoda: EN=227,20kcal FH=11,70g ZS=10,80g SZH=20,60g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=5,40g			Övoda: EN=491,00kcal FH=22,00g ZS=23,40g SZH=44,30g CK=6,60g SÓ=0,50g TZS=1,30g			Övoda: EN=135,90kcal FH=4,20g ZS=3,90g SZH=20,80g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=0,90g		
	Iskola: EN=270,20kcal FH=14,80g ZS=13,20g SZH=22,90g CK=0,40g SÓ=1,30g TZS=6,90g			Iskola: EN=626,90kcal FH=27,80g ZS=30,80g SZH=54,80g CK=1,30g SÓ=0,80g TZS=1,70g			Iskola: EN=149,50kcal FH=4,90g ZS=4,00g SZH=23,40g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g		
	K. Iskola: EN=301,60kcal FH=17,40g ZS=15,50g SZH=22,90g CK=0,40g SÓ=1,50g TZS=8,40g			K. Iskola: EN=770,10kcal FH=34,60g ZS=36,10g SZH=70,60g CK=15,50g SÓ=1,00g TZS=2,00g			K. Iskola: EN=150,70kcal FH=5,00g ZS=4,10g SZH=23,60g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g		
	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Rakott brokkoli kölessel tejmentes; Alma;			Tejfőles túró (házi) (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		
SZERDA 2026.03.11.	Övoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,00g SZH=21,80g CK=0,30g SÓ=1,00g TZS=1,80g			Övoda: EN=427,70kcal FH=22,50g ZS=12,20g SZH=51,80g CK=5,40g SÓ=0,50g TZS=0,60g			Övoda: EN=131,30kcal FH=6,60g ZS=1,90g SZH=21,80g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=0,20g		
	Iskola: EN=191,20kcal FH=7,80g ZS=7,10g SZH=24,10g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=1,80g			Iskola: EN=631,10kcal FH=28,90g ZS=15,50g SZH=63,10g CK=6,30g SÓ=0,70g TZS=0,70g			Iskola: EN=172,30kcal FH=9,00g ZS=3,70g SZH=25,50g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,20g		
	K. Iskola: EN=270,40kcal FH=11,20g ZS=13,60g SZH=25,50g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=3,50g			K. Iskola: EN=631,70kcal FH=31,50g ZS=29,50g SZH=81,30g CK=17,80g SÓ=0,80g TZS=0,90g			K. Iskola: EN=167,20kcal FH=10,00g ZS=4,60g SZH=26,10g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,20g		
	Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Burgonyaleves (tejmentes); Sült csirkecomb; Alma mártás tejmentes 'cukormentes' (15)*; Pírtott kukoricadara;			Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		
CSÜTÖRTÖK 2026.03.12.	Övoda: EN=173,20kcal FH=5,90g ZS=7,30g SZH=20,80g CK=0,40g SÓ=1,00g TZS=2,10g			Övoda: EN=488,60kcal FH=21,70g ZS=17,30g SZH=52,40g CK=13,10g SÓ=0,10g TZS=1,20g			Övoda: EN=225,30kcal FH=9,00g ZS=9,30g SZH=26,30g CK=6,30g SÓ=0,80g TZS=4,50g		
	Iskola: EN=225,00kcal FH=8,40g ZS=10,80g SZH=23,50g CK=0,60g SÓ=1,50g TZS=3,30g			Iskola: EN=639,50kcal FH=26,80g ZS=15,50g SZH=69,00g CK=15,40g SÓ=0,20g TZS=1,70g			Iskola: EN=236,50kcal FH=9,50g ZS=9,40g SZH=28,60g CK=6,30g SÓ=0,90g TZS=4,50g		
	K. Iskola: EN=245,10kcal FH=9,40g ZS=12,50g SZH=23,70g CK=0,70g SÓ=1,70g TZS=3,90g			K. Iskola: EN=767,40kcal FH=31,50g ZS=29,50g SZH=81,30g CK=17,80g SÓ=0,40g TZS=2,20g			K. Iskola: EN=236,50kcal FH=9,50g ZS=9,40g SZH=28,60g CK=6,30g SÓ=0,90g TZS=4,50g		
	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;			Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		
PÉNTEK 2026.03.13.	Övoda: EN=222,30kcal FH=8,70g ZS=9,10g SZH=26,00g CK=6,00g SÓ=0,80g TZS=4,30g			Övoda: EN=491,50kcal FH=25,00g ZS=18,50g SZH=54,30g CK=1,50g SÓ=0,30g TZS=1,20g			Övoda: EN=146,30kcal FH=6,00g ZS=4,20g SZH=21,00g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=1,00g		
	Iskola: EN=233,50kcal FH=9,20g ZS=9,20g SZH=28,30g CK=6,00g SÓ=0,90g TZS=4,30g			Iskola: EN=641,70kcal FH=32,10g ZS=22,30g SZH=67,50g CK=1,90g SÓ=0,70g TZS=1,50g			Iskola: EN=171,50kcal FH=8,50g ZS=4,70g SZH=23,90g CK=0,30g SÓ=1,70g TZS=1,20g		
	K. Iskola: EN=233,50kcal FH=9,20g ZS=9,20g SZH=28,30g CK=6,00g SÓ=0,90g TZS=4,30g			K. Iskola: EN=738,10kcal FH=36,30g ZS=26,10g SZH=88,80g CK=2,30g SÓ=1,10g TZS=1,70g			K. Iskola: EN=178,50kcal FH=9,60g ZS=4,90g SZH=24,30g CK=0,30g SÓ=1,90g TZS=1,20g		

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
1300A1 Diabetes

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

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

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai				Ebéd A				Uzsonna			
Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;				Tárkonyos csirkeaguleves 'tejmentes'; Gránátos kocka; Alma;				Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;			
Övoda: EN=289,00kcal FH=12,10g ZS=12,50g SZH=31,30g CK=9,60g SO=1,20g TZS=3,20g Iskola: EN=322,20kcal FH=14,80g ZS=13,40g SZH=35,90g CK=11,90g SO=1,30g TZS=3,60g Kiskola: EN=444,40kcal FH=18,90g ZS=23,20g SZH=39,90g CK=14,20g SO=1,80g TZS=5,40g				Övoda: EN=487,40kcal FH=16,00g ZS=12,50g SZH=34,70g CK=1,20g SO=0,60g TZS=0,90g Iskola: EN=647,80kcal FH=20,00g ZS=17,30g SZH=39,30g CK=1,70g SO=0,70g TZS=1,30g Kiskola: EN=823,40kcal FH=24,30g ZS=23,10g SZH=41,24g CK=2,40g SO=0,80g TZS=1,80g				Övoda: EN=208,10kcal FH=7,00g ZS=10,70g SZH=21,40g CK=0,30g SO=1,10g TZS=3,70g Iskola: EN=271,50kcal FH=8,50g ZS=15,30g SZH=24,30g CK=0,30g SO=1,50g TZS=5,50g Kiskola: EN=273,50kcal FH=8,60g ZS=15,30g SZH=24,60g CK=0,30g SO=1,50g TZS=5,50g			
Tea (diabetikus) (15)*; Köfözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;				Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta cukormentes (5, 15)*;				Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			
Övoda: 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 Kiskola: EN=177,00kcal FH=10,90g ZS=3,30g SZH=25,50g CK=0,50g SO=0,80g TZS=0,20g				Övoda: EN=385,50kcal FH=16,10g ZS=21,20g SZH=30,60g CK=4,40g SO=0,20g TZS=0,70g Iskola: EN=511,20kcal FH=21,20g ZS=28,60g SZH=39,70g CK=5,50g SO=0,40g TZS=0,90g Kiskola: EN=604,60kcal FH=24,20g ZS=33,50g SZH=48,40g CK=6,40g SO=0,70g TZS=1,30g				Övoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,00g SZH=21,80g CK=0,30g SO=1,00g TZS=1,80g Iskola: EN=191,20kcal FH=7,80g ZS=7,10g SZH=24,10g CK=0,30g SO=1,10g TZS=1,80g Kiskola: EN=270,40kcal FH=11,20g ZS=13,60g SZH=25,50g CK=0,30g SO=1,50g TZS=5,50g			
Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;				Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Csirkepapríkás; Pirított tarhonya 'lisztmentes'; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;				Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			
Övoda: EN=146,30kcal FH=6,00g ZS=4,20g SZH=21,00g CK=0,30g SO=1,10g TZS=1,00g Iskola: EN=171,50kcal FH=8,50g ZS=4,70g SZH=23,90g CK=0,30g SO=1,70g TZS=1,20g Kiskola: EN=178,50kcal FH=9,60g ZS=4,90g SZH=24,30g CK=0,30g SO=1,90g TZS=1,20g				Övoda: EN=482,50kcal FH=21,80g ZS=17,30g SZH=57,80g CK=2,30g SO=0,60g TZS=1,30g Iskola: EN=637,20kcal FH=27,60g ZS=23,50g SZH=76,30g CK=3,10g SO=0,80g TZS=1,80g Kiskola: EN=765,10kcal FH=31,50g ZS=27,70g SZH=84,40g CK=3,60g SO=0,80g TZS=2,10g				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 Kiskola: EN=236,50kcal FH=9,50g ZS=9,40g SZH=28,60g CK=6,30g SO=0,90g TZS=4,50g			
Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;				Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Paprikás sült hal (9)*; Riziz-biziz;				Körte; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			
Övoda: EN=227,20kcal FH=11,70g ZS=10,80g SZH=20,60g CK=0,30g SO=1,10g TZS=5,40g Iskola: EN=270,20kcal FH=14,80g ZS=13,20g SZH=22,90g CK=0,40g SO=1,30g TZS=6,90g Kiskola: EN=307,60kcal FH=17,40g ZS=15,50g SZH=22,90g CK=0,40g SO=1,50g TZS=8,40g				Övoda: EN=515,70kcal FH=20,10g ZS=14,20g SZH=53,00g CK=1,30g SO=1,20g TZS=1,00g Iskola: EN=515,70kcal FH=20,10g ZS=14,20g SZH=53,00g CK=1,30g SO=1,20g TZS=1,00g Kiskola: EN=610,70kcal FH=24,50g ZS=16,40g SZH=58,80g CK=12,90g SO=2,00g TZS=1,60g				Övoda: EN=189,50kcal FH=4,30g ZS=3,90g SZH=33,50g CK=0,30g SO=0,60g TZS=0,90g Iskola: EN=221,50kcal FH=5,00g ZS=4,00g SZH=40,60g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g Kiskola: EN=221,50kcal FH=5,00g ZS=4,00g SZH=40,60g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g			
Kefir (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)*;			
Övoda: EN=222,30kcal FH=8,70g ZS=9,10g SZH=26,00g CK=6,00g SO=0,80g TZS=4,30g Iskola: EN=233,50kcal FH=9,20g ZS=9,20g SZH=28,30g CK=6,00g SO=0,90g TZS=4,30g Kiskola: EN=233,50kcal FH=9,20g ZS=9,20g SZH=28,30g CK=6,00g SO=0,90g 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 Iskola: EN=609,90kcal FH=33,30g ZS=13,30g SZH=82,10g CK=7,70g SO=0,80g TZS=0,60g Kiskola: EN=712,90kcal FH=37,90g ZS=15,70g SZH=88,70g CK=9,20g SO=0,80g TZS=0,70g				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 Kiskola: 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, Kenyértárai út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-015
E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:
1300A1 Diabetes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Féhéregye; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;
TZS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szóják; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhítósűrűk
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegedi ÖVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST
Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
SULI-HOST Kft. dietetikussái kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai

Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*;
Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;

Ebéd A

Pulykaraguleves 'lisztmentes'; Tejbérlisz
(diabetikus) (2, 15)*; Alma;

Uzsonna

Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g;
Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;

HÉTFŐ
2026.03.23.

Övoda: EN=294,00kcal
FH=11,60g ZS=14,90g
SZH=28,10g CK=6,40g
SÓ=1,20g TZS=5,00g
Iskola: EN=305,20kcal
FH=12,10g ZS=15,00g
SZH=30,40g CK=6,40g
SÓ=1,30g TZS=5,00g
Kiskola: EN=405,40kcal
FH=14,70g ZS=24,10g
SZH=32,10g CK=6,40g
SÓ=1,70g TZS=6,30g

Övoda: EN=392,60kcal
FH=20,20g ZS=9,90g
SZH=54,40g CK=9,70g
SÓ=0,50g TZS=2,00g
Iskola: EN=499,20kcal
FH=26,10g ZS=13,30g
SZH=67,20g CK=14,50g
SÓ=0,90g TZS=3,00g
Kiskola: EN=569,10kcal
FH=30,20g ZS=15,90g
SZH=74,50g CK=16,80g
SÓ=0,90g TZS=3,60g

Övoda: EN=176,10kcal
FH=6,20g ZS=7,30g
SZH=21,20g CK=0,40g
SÓ=1,00g TZS=2,10g
Iskola: EN=229,90kcal
FH=8,90g ZS=10,80g
SZH=24,20g CK=0,50g
SÓ=1,50g TZS=3,30g
Kiskola: EN=251,20kcal
FH=10,00g ZS=12,60g
SZH=24,60g CK=0,60g
SÓ=1,70g TZS=3,90g

KEDD
2026.03.24.

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

Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás
(diab.tejment) (15)*; Főtt burgonya;

Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
Alma;

Övoda: EN=227,20kcal
FH=11,70g ZS=10,80g
SZH=20,60g CK=0,30g
SÓ=1,10g TZS=5,40g
Iskola: EN=270,20kcal
FH=14,80g ZS=13,20g
SZH=22,90g CK=0,40g
SÓ=1,30g TZS=6,90g
Kiskola: EN=301,60kcal
FH=17,40g ZS=15,50g
SZH=22,90g CK=0,40g
SÓ=1,50g TZS=8,40g

Övoda: EN=431,60kcal
FH=23,80g ZS=12,90g
SZH=51,40g CK=13,80g
SÓ=0,30g TZS=0,60g
Iskola: EN=551,80kcal
FH=30,10g ZS=16,70g
SZH=65,90g CK=16,80g
SÓ=0,50g TZS=0,90g
Kiskola: EN=628,30kcal
FH=33,80g ZS=19,40g
SZH=74,30g CK=18,80g
SÓ=0,80g TZS=1,00g

Övoda: EN=166,40kcal
FH=4,30g ZS=3,90g
SZH=28,00g CK=0,30g
SÓ=0,60g TZS=0,90g
Iskola: EN=190,00kcal
FH=5,00g ZS=4,00g
SZH=33,10g CK=0,30g
SÓ=0,70g TZS=0,90g
Kiskola: EN=190,00kcal
FH=5,00g ZS=4,00g
SZH=33,10g CK=0,30g
SÓ=0,70g TZS=0,90g

SZERDA
2026.03.25.

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

Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vadas
pulykaapró 'tejmentes' (5, 11)*; Szarvacskasó
gluténment.; Narancs;

Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
Uborka;

Övoda: EN=220,30kcal
FH=10,10g ZS=6,90g
SZH=28,50g CK=0,50g
SÓ=0,80g TZS=2,70g
Iskola: EN=253,50kcal
FH=12,20g ZS=7,80g
SZH=34,10g CK=1,80g
SÓ=0,90g TZS=3,10g
Kiskola: EN=276,50kcal
FH=13,70g ZS=8,50g
SZH=36,40g CK=1,4,10g
SÓ=1,00g TZS=3,60g

Övoda: EN=578,10kcal
FH=22,10g ZS=21,30g
SZH=71,50g CK=1,50g
SÓ=0,50g TZS=1,30g
Iskola: EN=743,70kcal
FH=27,70g ZS=26,90g
SZH=93,60g CK=1,80g
SÓ=0,90g TZS=1,70g
Kiskola: EN=872,60kcal
FH=31,00g ZS=31,50g
SZH=111,70g CK=2,10g
SÓ=1,00g TZS=2,00g

Övoda: EN=183,60kcal
FH=7,60g ZS=7,00g
SZH=22,30g CK=0,30g
SÓ=1,00g TZS=1,80g
Iskola: EN=197,20kcal
FH=8,30g ZS=7,10g
SZH=24,90g CK=0,30g
SÓ=1,10g TZS=1,80g
Kiskola: EN=277,60kcal
FH=11,80g ZS=13,70g
SZH=26,50g CK=0,30g
SÓ=1,50g TZS=3,50g

CSÜTÖRTÖK
2026.03.26.

Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes
kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;

Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) (15)*;
Paprikás burgonya sertéshússal; Uborkasaláta
'Cukormentes' (15)*;

Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Teljes
kiőrlésű kenyér (1)*;

Övoda: EN=135,60kcal
FH=7,20g ZS=1,90g
SZH=22,10g CK=0,30g
SÓ=0,80g TZS=0,20g
Iskola: EN=172,00kcal
FH=10,10g ZS=3,10g
SZH=25,70g CK=0,50g
SÓ=0,70g TZS=0,20g
Kiskola: EN=181,80kcal
FH=11,00g ZS=3,40g
SZH=26,80g CK=0,50g
SÓ=0,80g TZS=0,20g

Övoda: EN=484,20kcal
FH=23,60g ZS=16,60g
SZH=54,30g CK=1,10g
SÓ=0,20g TZS=1,00g
Iskola: EN=594,80kcal
FH=29,60g ZS=19,40g
SZH=68,20g CK=12,90g
SÓ=0,40g TZS=1,10g
Kiskola: EN=675,50kcal
FH=33,30g ZS=21,20g
SZH=79,20g CK=14,10g
SÓ=0,50g TZS=1,20g

Övoda: EN=201,60kcal
FH=6,60g ZS=9,60g
SZH=22,20g CK=0,40g
SÓ=1,00g TZS=1,40g
Iskola: EN=212,80kcal
FH=7,10g ZS=9,70g
SZH=24,50g CK=0,40g
SÓ=1,10g TZS=1,40g
Kiskola: EN=313,60kcal
FH=9,70g ZS=18,80g
SZH=26,40g CK=0,40g
SÓ=1,50g TZS=2,70g

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

Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke (tojás-,
lisztmentes); Parajfőzelék (cukor-, tejmentes)
(15)*; Alma;

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

PÉNTEK
2026.03.27.

Övoda: EN=262,50kcal
FH=13,00g ZS=9,90g
SZH=30,30g CK=8,50g
SÓ=1,10g TZS=3,80g
Iskola: EN=336,70kcal
FH=17,90g ZS=13,80g
SZH=35,50g CK=11,90g
SÓ=1,60g TZS=5,30g
Kiskola: EN=379,20kcal
FH=20,80g ZS=16,10g
SZH=38,20g CK=14,20g
SÓ=1,80g TZS=6,30g

Övoda: EN=459,80kcal
FH=19,90g ZS=19,20g
SZH=49,20g CK=1,10g
SÓ=0,60g TZS=1,80g
Iskola: EN=603,50kcal
FH=26,20g ZS=25,20g
SZH=64,60g CK=1,20g
SÓ=0,70g TZS=2,10g
Kiskola: EN=636,40kcal
FH=29,90g ZS=29,80g
SZH=73,50g CK=1,50g
SÓ=0,90g TZS=2,50g

Övoda: EN=244,30kcal
FH=3,90g ZS=3,80g
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=49,60g CK=0,30g
SÓ=0,70g TZS=0,90g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

1300A1 Diabetesz

Étlap név:

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=Szójá; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Haj; 10=Rakték; 11=Múster; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestiek

Diéta ételtek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegedi ÖVI (www.ovi-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST
Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a
SULI-HOST Kft. dietetikustól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkezési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2026.03.30.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tésztás 'sertéshús-, cukorkmentes' (9)*; Alma;	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
KEDD 2026.03.31.	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;
SZERDA 2026.04.01.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék tejfőls (2)*;	Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
CSÜTÖRTÖK 2026.04.02.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Lebencs leves; Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Alma;	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
PÉNTEK 2026.04.03.	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Zöldségleves 'tej-, cukorkmentes'; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt rizs;	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyér-Égő ut. 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:
1300A1 Diabetesz

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;
TZS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szénhidrát; 14=Csalagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítósűk

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.03.01.-től 2026.03.31.-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
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 halas-teszta 'serteshus-, cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Örlött 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, Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,90kcal	16,90g	8,30g	1,20g	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
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
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.03.01.-től 2026.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	146,90kcal	16,90g	7,90g	1,30g	0,30g	0,10g	0,40g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsá 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
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
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
Frankfurti leves liszt-,tejmmentes Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt 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, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,00kcal	2,40g	2,20g	10,20g	0,30g	0,10g	0,20g
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	79,30kcal	2,80g	2,20g	11,80g	1,00g	0,10g	0,20g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt 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, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	337,40kcal	4,40g	7,90g	60,20g	0,40g	0,30g	0,70g
Hagymás burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	224,30kcal	5,10g	4,30g	37,50g	0,30g	0,10g	0,40g
Harcsapástétom zöldfűszeres 30g 'dupla' Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	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
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
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.03.01.-től 2026.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
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
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	3,00g	0,30g	20,80g	0,10g	0,60g	0,20g
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
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,30kcal	13,30g	12,70g	2,00g	0,40g	0,40g	1,50g
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
Meggy mártás (diab.tejment) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	118,30kcal	1,70g	3,00g	20,60g	12,70g	0,20g	0,30g
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
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,70g	0,00g	9,40g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.03.01.-től 2026.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,20kcal	2,40g	3,00g	46,20g	0,00g	0,10g	0,20g
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, Örlött 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', Örlött 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
Parajfőzelék (cukor-, tejmentes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Folyékony édesítőszer, Örlött fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	164,30kcal	3,80g	8,30g	18,70g	0,00g	0,30g	0,80g
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', Örlött 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', Örlött fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,50kcal	2,50g	3,50g	31,90g	0,00g	0,10g	0,40g
Párolt zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	119,50kcal	6,00g	2,30g	18,00g	0,00g	0,20g	0,00g
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 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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.03.01.-től 2026.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Pulykaraguleves 'lisztmentes'	129,50kcal	11,10g	6,60g	5,70g	0,50g	0,30g	0,20g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kisköcska tészta, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rakott brokkoli kölessel tejmentes	335,60kcal	20,30g	11,90g	32,40g	2,90g	0,40g	0,60g
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							
Rakott zöldbab tejmentes	407,70kcal	15,80g	20,00g	38,20g	4,20g	0,10g	0,70g
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							
Rizi-bizi	223,20kcal	4,80g	6,00g	36,80g	2,10g	0,30g	0,60g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rizseshús 'sertés'	310,00kcal	13,70g	9,90g	40,50g	0,30g	0,40g	0,60g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Sajtos tészta (diabetikus)	329,20kcal	9,10g	11,50g	46,60g	0,00g	0,40g	4,20g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt							
Sajtszórát	47,10kcal	3,90g	3,40g	0,10g	0,00g	0,20g	2,20g
Összetétel: Trappista sajt							
Sertés flekken	189,90kcal	17,40g	10,30g	5,80g	0,40g	0,10g	0,40g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Sertés flekken 'lisztmentes'	199,30kcal	17,60g	10,30g	7,90g	0,40g	0,30g	0,40g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Sertés pörkölt	170,60kcal	17,10g	10,20g	1,60g	0,50g	0,30g	0,40g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Sertés sült	140,00kcal	16,80g	7,40g	0,60g	0,10g	0,00g	0,10g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Sertésragu	135,70kcal	12,70g	8,60g	1,40g	0,50g	0,30g	0,40g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Sonkás májaskrém 50g 'Eurofood' 'dupla'	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Sonkás májaskrém							
Sült csirkecomb	152,60kcal	16,00g	7,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,20g
Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'							
Sült hal kukoricadarával	100,40kcal	9,60g	4,30g	5,60g	0,00g	0,80g	0,40g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'							
Szarvacska tészta gluténment.	249,00kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,10g	0,50g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta							
Szilvaleves (diabetikus)	51,40kcal	0,90g	0,70g	9,70g	5,20g	0,00g	0,00g
Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'							
Tarhonyaleves (burgonyamentes)	71,50kcal	1,20g	2,20g	11,40g	1,00g	0,20g	0,20g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.03.01.-től 2026.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes'	115,90kcal	11,20g	4,60g	6,80g	0,80g	0,30g	0,20g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma							
Tauris Király szalámi	70,80kcal	2,70g	6,70g	0,20g	0,00g	0,50g	2,80g
Összetétel: Király szalámi							
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes)	34,40kcal	1,90g	2,80g	0,40g	0,00g	0,40g	1,00g
Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott							
Tea (diabetikus)	0,70kcal	0,00g	0,00g	0,10g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Citromlé 40%, Folyékony édesítőszer, Teafű							
Tea csipkebogyó (diabetikus)	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Folyékony édesítőszer, Tea filteres							
Tej	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Összetétel: Tej '1,5%'							
Tejberizs (diabetikus)	229,00kcal	8,70g	3,30g	41,00g	9,20g	0,20g	1,80g
Összetétel: Folyékony édesítőszer, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Tej '1,5%'							
Tejfölös túró (házi)	24,50kcal	2,30g	1,40g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'							
Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,90g	0,40g	20,30g	0,30g	0,60g	0,20g
Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér							
Toast sonkás felvágott (diéta)	14,00kcal	2,10g	0,30g	0,70g	0,00g	0,50g	0,10g
Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet							
Tört burgonya	238,70kcal	5,00g	6,10g	37,00g	0,10g	0,30g	0,60g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,20g	0,00g	0,50g	4,50g
Összetétel: Trappista sajt							
Uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Kigó uborka							
Uborkasaláta 'Cukormentes'	8,50kcal	0,70g	0,10g	1,20g	0,00g	0,10g	0,00g
Összetétel: Bioecet, Folyékony édesítőszer, Kigó uborka, Só 'jódozott'							
Vadas pulykaapró 'tejmentes'	212,50kcal	17,80g	13,30g	4,50g	0,50g	0,20g	0,60g
Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Vagdalt (diabetikus)	217,40kcal	11,20g	16,30g	4,80g	0,30g	0,10g	0,20g
Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes)	151,20kcal	13,10g	8,70g	4,20g	0,10g	0,30g	0,60g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Vagdalt sertés(tojás-, lisztmentes)	221,50kcal	11,20g	16,70g	4,80g	0,30g	0,10g	0,30g
Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.03.01.-től 2026.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zala Kométa	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,00g	0,30g	1,10g
Összetétel: Zala felvágott							
Zöldeborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'	75,20kcal	3,20g	1,30g	12,10g	3,00g	0,10g	0,10g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldeborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldeborsófőzelék 'Cukormentes'	202,10kcal	9,60g	4,90g	28,10g	8,30g	0,20g	0,90g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldeborsó, Folyékony édesítőszer, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'							
Zöldeborsós sertésragu	145,60kcal	13,90g	7,70g	4,20g	1,20g	0,20g	0,30g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldeborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,60g	9,10g	1,80g	0,10g	0,40g	1,20g
Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom							
Zöldpaprika	6,00kcal	0,40g	0,10g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Zöldpaprika							
Zöldegleves 'tej-, cukormentes'	68,60kcal	1,80g	2,60g	8,90g	1,90g	0,10g	0,30g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							