

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
	Tea (diabetikus) (15)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Sajtós tészta (diabetikus) (2)*; Alma;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	
HÉTFŐ 2026.06.29.	Ovoda: EN=133,00kcal FH=3,90g ZS=3,90g SZH=20,80g CK=0,30g SÓ=0,80g IZS=4,30g	Iskola: EN=144,80kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=22,70g CK=0,40g SÓ=0,70g IZS=0,90g	Kiiskola: EN=144,80kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=22,70g CK=0,40g SÓ=0,70g IZS=0,90g	Ovoda: EN=514,50kcal FH=15,00g ZS=19,90g SZH=67,00g CK=0,60g SÓ=1,20g IZS=6,90g	Iskola: EN=683,70kcal FH=19,80g ZS=27,40g SZH=87,20g CK=1,30g SÓ=2,00g IZS=9,40g	Kiiskola: EN=780,40kcal FH=22,40g ZS=29,10g SZH=104,50g CK=1,80g SÓ=2,10g IZS=11,00g
	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Tarthonyaleves (burgonyamentes); Vagdalt (diabetikus); Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' (2, 15)*;		Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	
KEDD 2026.06.30.	Ovoda: EN=227,20kcal FH=11,70g ZS=10,80g SZH=20,80g CK=0,30g SÓ=1,10g IZS=5,40g	Iskola: EN=270,20kcal FH=14,80g ZS=13,20g SZH=22,90g CK=0,40g SÓ=1,30g IZS=6,90g	Kiiskola: EN=301,60kcal FH=17,40g ZS=15,50g SZH=22,90g CK=0,40g SÓ=1,50g IZS=8,40g	Ovoda: EN=491,00kcal FH=22,00g ZS=23,40g SZH=44,30g CK=0,60g SÓ=0,50g IZS=1,30g	Iskola: EN=626,90kcal FH=27,90g ZS=30,80g SZH=54,80g CK=1,30g SÓ=0,80g IZS=1,70g	Kiiskola: EN=770,10kcal FH=34,60g ZS=36,10g SZH=70,60g CK=1,50g SÓ=1,00g IZS=2,00g
	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Rakott brokkoli kölessel tejmentes; Alma;		Tejfőltős túró (házi) (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	
SZERDA 2026.07.01.	Ovoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,00g SZH=21,80g CK=0,30g SÓ=1,00g IZS=1,80g	Iskola: EN=191,20kcal FH=7,80g ZS=7,10g SZH=24,10g CK=0,30g SÓ=1,10g IZS=1,80g	Kiiskola: EN=270,40kcal FH=11,20g ZS=13,60g SZH=25,50g CK=0,30g SÓ=1,50g IZS=3,50g	Ovoda: EN=427,70kcal FH=22,50g ZS=12,20g SZH=51,80g CK=0,50g SÓ=0,50g IZS=0,60g	Iskola: EN=531,10kcal FH=28,90g ZS=16,50g SZH=63,10g CK=0,60g SÓ=0,70g IZS=0,70g	Kiiskola: EN=631,70kcal FH=35,70g ZS=18,70g SZH=73,00g CK=0,70g SÓ=0,80g IZS=0,90g
	Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Burgonyaleves (tejmentes); Alma mártás tejmentes 'cukormentes' (15)*; Pirított kukoricadara;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
CSÜTÖRTÖK 2026.07.02.	Ovoda: EN=173,20kcal FH=5,90g ZS=7,30g SZH=20,80g CK=0,40g SÓ=1,00g IZS=2,10g	Iskola: EN=225,00kcal FH=8,40g ZS=10,80g SZH=23,50g CK=0,60g SÓ=1,50g IZS=3,30g	Kiiskola: EN=245,10kcal FH=9,40g ZS=12,50g SZH=23,70g CK=0,70g SÓ=1,70g IZS=3,90g	Ovoda: EN=488,60kcal FH=21,70g ZS=17,30g SZH=42,40g CK=1,30g SÓ=0,10g IZS=1,20g	Iskola: EN=638,50kcal FH=26,90g ZS=23,80g SZH=69,00g CK=1,50g SÓ=0,20g IZS=1,70g	Kiiskola: EN=767,40kcal FH=31,50g ZS=29,50g SZH=81,30g CK=1,70g SÓ=0,40g IZS=2,20g
	PÉNTEK 2026.07.03.		Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
	Ovoda: EN=222,30kcal FH=8,70g ZS=9,10g SZH=26,00g CK=0,60g SÓ=0,80g IZS=4,30g	Iskola: EN=233,50kcal FH=9,20g ZS=9,20g SZH=28,30g CK=0,60g SÓ=0,90g IZS=4,30g	Kiiskola: EN=233,50kcal FH=9,20g ZS=9,20g SZH=28,30g CK=0,60g SÓ=0,90g IZS=4,30g	Ovoda: EN=491,50kcal FH=25,00g ZS=18,50g SZH=54,30g CK=1,50g SÓ=0,30g IZS=1,20g	Iskola: EN=641,70kcal FH=32,10g ZS=22,30g SZH=68,60g CK=1,90g SÓ=0,70g IZS=1,50g	Kiiskola: EN=738,10kcal FH=36,30g ZS=25,10g SZH=88,80g CK=2,30g SÓ=1,10g IZS=1,70g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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


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=Földmogyoró; 9=Hal; 10=Rákételek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítósúvek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oivi.segedvaros.hu), NCSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkészítési
Rendszer 3.0

Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
Tea (diabetikus) (15)*; Zöldfűszeres harsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tárkonyos csirkeaguleves 'tejmentes'; Gránátos kocka; Alma;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;
HÉTFŐ 2026.07.06. Ovoda: EN=201,70kcal FH=6,50g ZS=9,50g SZH=2,20g CK=0,40g SO=1,00g TZS=1,40g Iskola: EN=213,30kcal FH=7,00g ZS=9,60g SZH=2,4,50g CK=0,50g SO=1,10g TZS=1,40g Kiskola: EN=313,50kcal FH=9,60g ZS=16,70g SZH=2,6,20g CK=0,50g SO=1,50g TZS=2,70g	Ovoda: EN=487,40kcal FH=16,00g ZS=12,50g SZH=7,4,70g CK=1,20g SO=0,60g TZS=0,90g Iskola: EN=647,80kcal FH=20,00g ZS=17,30g SZH=9,9,30g CK=1,70g SO=0,70g TZS=1,30g Kiskola: EN=823,40kcal FH=24,30g ZS=23,10g SZH=12,9,90g CK=2,40g SO=0,80g TZS=1,80g	Ovoda: EN=206,70kcal FH=6,90g ZS=10,60g SZH=2,1,00g CK=0,30g SO=1,10g TZS=3,70g Iskola: EN=267,50kcal FH=9,40g ZS=15,10g SZH=2,3,60g CK=0,30g SO=1,50g TZS=5,50g Kiskola: EN=268,70kcal FH=9,50g ZS=15,20g SZH=2,3,80g CK=0,30g SO=1,50g TZS=5,50g
KEDD 2026.07.07. Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Csonleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta cukormentes (5, 15)*;	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
SZERDA 2026.07.08. Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Csirkepaprikás; Prittott tarhonya 'lisztmentes'; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
CSÜTÖRTÖK 2026.07.09. Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi;	Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
PÉNTEK 2026.07.10. Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás csirkecomb 'tejmentes'; Burgonyapüré natúr;	Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
<div style="text-align: center;">  <p>SULL-HOST</p> <p>Étlap változtatás jogát fenntartjuk!</p> <p>Jó étvágyat kívánunk</p> <p>SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.</p> <p>6724 Szeged, Kengyelvári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016</p> <p>E-mail: mail@sull-host.hu</p> <p>Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)</p> <p>Étlap név:</p> <p>1300A1 Diabetes</p> <p>Sull-Host</p> <p>Étkeztetési Rendszer 3.0</p> </div>		
<p>Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;</p> <p>TZS=Telített zsír;</p> <p>(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rakéták; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestiek</p>		

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
HÉTFŐ 2026.07.13.	Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Pulykaraguleves lisztmentes; Tejberizs (diabetikus) (2, 15)*; Alma;		Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	
KEDD 2026.07.14.	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;	
SZERDA 2026.07.15.	Tea (diabetikus) (15)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vadas pulykaapró 'tejmentes' (5, 11)*; Szarvacka tészta gluténment; Narancs;		Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	
CSÜTÖRTÖK 2026.07.16.	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)*;	
PÉNTEK 2026.07.17.	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)*;	



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

Étlap név:
1300A1 Diabetesz

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=Ráktérlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogó; 15=Édesítőszer; 16=Pinátesztük
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegedi ÖVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST
Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
SULL-HOST Kft. dietetikuskától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Sull-Host
Étkezéstervezési
Rendszert 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
HÉTFŐ 2026.07.20. Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		Zöldborsó leves 'teji-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-fésztja 'sertés- és, cukormentes' (9)*; Alma;		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
KEDD 2026.07.21. Tejjel (2)*; Dzssem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Csonteleves; Rakott zöldbab tejmentes;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	
SZERDA 2026.07.22. Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék tejfölös (2)*;		Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
CSÜTÖRTÖK 2026.07.23. Tejjel (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		Lebbencs leves; Kaporos káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Alma;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
PÉNTEK 2026.07.24. Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		Zöldségleves 'teji-, cukormentes'; Mustáros sertésszellet (diéta) (11)*; Párolt rizs;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
1300A1 Diabeteusz

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só.
 Tzs=Tejfitt zsir;
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Pinhaszték
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szébbel tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<p>HÉTFŐ 2026.07.27.</p> <p>Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</p>	<p>Meggyleves (cukormentes, tejment.) (15)*; Bácskai rizseshús sertés; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;</p>	<p>Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</p>
<p>KEDD 2026.07.28.</p> <p>Tea (diabetikus) (15)*; Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</p>	<p>Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;</p>	<p>Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;</p>
<p>SZERDA 2026.07.29.</p> <p>Tea (diabetikus) (15)*; Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</p>	<p>Zöldségleves 'lisztmentes'; Sült csirkecomb; Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' (2, 15)*; Alma;</p>	<p>Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;</p>
<p>CSÜTÖRTÖK 2026.07.30.</p> <p>Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;</p>	<p>Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Brassói aprópecsenye; Forgotott burgonya; Káposzta-sárgarépa saláta 'Cukormentes' (15)*;</p>	<p>Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;</p>
<p>PÉNTEK 2026.07.31.</p> <p>Kéfir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;</p>	<p>Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vagdalt (diabetikus); Tökfőzelék (cukormentes, tejfőlés) (2, 15)*; Alma;</p>	<p>Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</p>

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Keregyesi út 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

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. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési Rendszer 3.0

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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.07.01.-től 2026.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma	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. álna, 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 Csirkejő Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,10g	0,40g	1,20g
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 'sertés-hus-, cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sült 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
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
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,00g	0,00g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.07.01.-től 2026.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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, 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, Kacsza 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
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
Harcapástétom zöldfűszeres 30g 'dupla' Összetétel: Zöldfűszeres harcapástétom	200,40kcal	5,20g	18,20g	3,50g	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
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.07.01.-től 2026.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
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
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	3,00g	0,30g	20,80g	0,10g	0,60g	0,20g
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
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
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
Meggye leves (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
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.07.01.-től 2026.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,60g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Órölt 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', Órölt 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, Órölt 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', Órölt 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', Órölt 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'	73,70kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,10g	0,00g
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
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsiros 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
Pulykaraguleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,50kcal	11,10g	6,60g	5,70g	0,50g	0,30g	0,20g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.07.01.-től 2026.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Sajtszórat 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 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
Sonkás májaskrém 50g 'Eurofood' 'dupla' Összetétel: Sonkás májaskrém	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,10kcal	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
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', Szegefűszeg, 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
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: 2026.07.01.-től 2026.07.31.-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
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: Kígyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Folyékony édesítőszer, Kígyó uborka, Só 'jódozott'	8,50kcal	0,70g	0,10g	1,20g	0,00g	0,10g	0,00g
Vadas pulykaapró 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,50kcal	17,80g	13,30g	4,50g	0,50g	0,20g	0,60g
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
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,20kcal	13,10g	8,70g	4,20g	0,10g	0,30g	0,60g
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: 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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.07.01.-től 2026.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,60kcal	13,90g	7,70g	4,20g	1,20g	0,20g	0,30g
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
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