

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.08.31.	Poharas tej (2)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Tea (15)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tárkonyos csirkereguleves; Gránátos kocka; Alma;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Sertés flekken; Burgonyapüré natur;
KEDD 2026.09.01.	Poharas tej (2)*; Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Tea (15)*; Házi körözött (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Csontleves; Rakott karfiol; Körte;	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Telberizs (2, 15)*;
SZERDA 2026.09.02.	Poharas tej (2)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Tea csipkebogyó (15)*; Toast sonkás felvágott; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Zöldségkrémleves; Csirkepaprikás; Pirított tarhonya; Uborkasaláta (15)*;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Natur sertésszelet; Párolt rizs; Káposzta saláta (15)*;
CSÜTÖRTÖK 2026.09.03.	Poharas tej (2)*; Csirkemájkrém 50g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Tea (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Szilvaleves (2, 15)*; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi;	Zala felvágott; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Gombás sertésragu; Szarvacka tézta;
PÉNTEK 2026.09.04.	Poharas tej (2)*; Csirkemájkrém 50g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Karalábé leves; Almás csirkecomb; Burgonyapüré natur;	Dzsem; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Harcspástétom zöldfűszeres 30g 'dupla' (9)*; Ásványvíz 0,5 liter; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Bebo margarin

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: 1300A1 Diabeteusz



SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@sull-host.hu Ellenőrzte: Rakonca Anita dietetikus

Tápanyagtartalom: E=Számított energia; F=Fehérje; ZS=Zsír; SZ=Szénhidrát; C=Cukor; S=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tef; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Múshús; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogó; 15=Édesítőszer; 16=Purintartós; Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.ovi.szegevaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)



HÉTFŐ 2026.09.07.	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
Poharas tej (2)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Joghurt (2)*; Zöldfűszerez harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Pulykaraguleves; Tejbérsz (2, 15)*;	Baromfi párizsi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;
ÖVI: E=331kcal, Isk: E=392kcal, K.Isk: E=93kcal F=14g ZS=16g, F=16g ZS=21g, F=16g ZS=21g SZ=32g C=10g, SZ=34g C=10g, SZ=34g C=10g S=1g Tzs=4g, S=2g Tzs=6g, S=2g Tzs=6g	ÖVI: E=294kcal, Isk: E=305kcal, K.Isk: E=405kcal F=12g ZS=16g, F=12g ZS=16g, F=15g ZS=24g SZ=28g C=9g, SZ=30g C=6g, SZ=32g C=6g S=1g Tzs=5g, S=1g Tzs=5g, S=2g Tzs=6g	ÖVI: E=356kcal, Isk: E=453kcal, K.Isk: E=523kcal F=20g ZS=10g, F=26g ZS=13g, F=30g ZS=16g SZ=41g C=10g, SZ=57g C=14g, SZ=64g C=17g S=1g Tzs=2g, S=1g Tzs=3g, Tzs=4g	ÖVI: E=178kcal, Isk: E=230kcal, K.Isk: E=251kcal F=6g ZS=7g, F=6g ZS=11g, F=10g ZS=13g SZ=21g C=10g, SZ=24g C=10g, SZ=25g C=11g S=1g Tzs=2g, S=2g Tzs=3g, S=2g Tzs=4g
ÖVI: E=331kcal, Isk: E=392kcal, K.Isk: E=93kcal F=14g ZS=16g, F=16g ZS=21g, F=16g ZS=21g SZ=32g C=10g, SZ=34g C=10g, SZ=34g C=10g S=1g Tzs=4g, S=2g Tzs=6g, S=2g Tzs=6g	ÖVI: E=277kcal, Isk: E=270kcal, K.Isk: E=302kcal F=12g ZS=11g, F=15g ZS=13g, F=17g ZS=16g SZ=21g C=10g, SZ=23g C=10g, SZ=23g C=10g S=1g Tzs=5g, S=1g Tzs=5g, S=2g Tzs=6g	ÖVI: E=413kcal, Isk: E=527kcal, K.Isk: E=600kcal F=23g ZS=12g, F=29g ZS=16g, F=32g ZS=18g SZ=49g C=12g, SZ=62g C=20g, SZ=70g C=20g S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g, Tzs=1g	ÖVI: E=168kcal, Isk: E=190kcal, K.Isk: E=190kcal F=4g ZS=4g, F=5g ZS=4g, F=5g ZS=4g SZ=28g C=10g, SZ=33g C=10g, SZ=33g C=10g S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g
Tej (2)*; Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Zöldpaprika; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tea (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Karfiol leves; Sertés sült; Meggymártás (15)*; Főtt burgonya;	Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;
ÖVI: E=258kcal, Isk: E=328kcal, K.Isk: E=368kcal F=15g ZS=9g, F=22g ZS=11g, F=26g ZS=12g SZ=36g C=10g, SZ=36g C=12g, SZ=38g C=14g S=1g Tzs=3g, S=2g Tzs=3g, S=2g Tzs=4g	ÖVI: E=227kcal, Isk: E=270kcal, K.Isk: E=302kcal F=12g ZS=11g, F=15g ZS=13g, F=17g ZS=16g SZ=21g C=10g, SZ=23g C=10g, SZ=23g C=10g S=1g Tzs=5g, S=1g Tzs=5g, S=2g Tzs=6g	ÖVI: E=413kcal, Isk: E=527kcal, K.Isk: E=600kcal F=23g ZS=12g, F=29g ZS=16g, F=32g ZS=18g SZ=49g C=12g, SZ=62g C=20g, SZ=70g C=20g S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g, Tzs=1g	ÖVI: E=168kcal, Isk: E=190kcal, K.Isk: E=190kcal F=4g ZS=4g, F=5g ZS=4g, F=5g ZS=4g SZ=28g C=10g, SZ=33g C=10g, SZ=33g C=10g S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g
Poharas tej (2)*; Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Bebo margarin 10g; Adalekmentes	Tea (15)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tahonyaleves; Vadás pulykaapró (5, 11)*; Szarvacska tészta; Alma;	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;
ÖVI: E=360kcal, Isk: E=488kcal, K.Isk: E=540kcal F=13g ZS=19g, F=14g ZS=19g, F=18g ZS=28g SZ=34g C=10g, SZ=39g C=10g, SZ=53g C=10g S=1g Tzs=2g, S=1g Tzs=2g, S=2g Tzs=4g	ÖVI: E=133kcal, Isk: E=174kcal, K.Isk: E=148kcal F=4g ZS=4g, F=4g ZS=4g, F=4g ZS=4g SZ=20g C=10g, SZ=20g C=10g, SZ=20g C=10g S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g	ÖVI: E=567kcal, Isk: E=720kcal, K.Isk: E=858kcal F=22g ZS=21g, F=27g ZS=21g, F=31g ZS=32g SZ=70g C=24g, SZ=91g C=24g, SZ=108g C=24g S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=2g, Tzs=2g	ÖVI: E=184kcal, Isk: E=197kcal, K.Isk: E=278kcal F=6g ZS=7g, F=6g ZS=7g, F=12g ZS=14g SZ=22g C=10g, SZ=22g C=10g, SZ=26g C=10g S=1g Tzs=2g, S=1g Tzs=2g, S=2g Tzs=4g
Tej (2)*; Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Tea (15)*; Házi körözött (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Vegyes gyümölcskrémleves 'tejmentes cukormentes (15)*; Paprikás burgonya; Uborkasaláta (15)*;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
ÖVI: E=258kcal, Isk: E=328kcal, K.Isk: E=368kcal F=15g ZS=9g, F=22g ZS=11g, F=26g ZS=12g SZ=36g C=10g, SZ=36g C=12g, SZ=38g C=14g S=1g Tzs=3g, S=2g Tzs=3g, S=2g Tzs=4g	ÖVI: E=133kcal, Isk: E=174kcal, K.Isk: E=148kcal F=4g ZS=4g, F=4g ZS=4g, F=4g ZS=4g SZ=20g C=10g, SZ=20g C=10g, SZ=20g C=10g S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g	ÖVI: E=531kcal, Isk: E=651kcal, K.Isk: E=738kcal F=25g ZS=17g, F=30g ZS=20g, F=35g ZS=22g SZ=65g C=19g, SZ=81g C=23g, SZ=93g C=25g S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g, Tzs=1g	ÖVI: E=202kcal, Isk: E=213kcal, K.Isk: E=314kcal F=7g ZS=10g, F=7g ZS=10g, F=10g ZS=19g SZ=14g C=10g, SZ=24g C=10g, SZ=26g C=10g S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g, S=2g Tzs=3g
CSÜTÖRTÖK 2026.09.10.	Tea (15)*; Zala felvágott; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Burgonyaleves; Csirke vagdalt; Parajfőzelék (15)*; Alma;	Dzssem; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
ÖVI: E=258kcal, Isk: E=328kcal, K.Isk: E=368kcal F=15g ZS=9g, F=22g ZS=11g, F=26g ZS=12g SZ=36g C=10g, SZ=36g C=12g, SZ=38g C=14g S=1g Tzs=3g, S=2g Tzs=3g, S=2g Tzs=4g	ÖVI: E=133kcal, Isk: E=174kcal, K.Isk: E=148kcal F=4g ZS=4g, F=4g ZS=4g, F=4g ZS=4g SZ=20g C=10g, SZ=20g C=10g, SZ=20g C=10g S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g	ÖVI: E=531kcal, Isk: E=651kcal, K.Isk: E=738kcal F=25g ZS=17g, F=30g ZS=20g, F=35g ZS=22g SZ=65g C=19g, SZ=81g C=23g, SZ=93g C=25g S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g, Tzs=1g	ÖVI: E=202kcal, Isk: E=213kcal, K.Isk: E=314kcal F=7g ZS=10g, F=7g ZS=10g, F=10g ZS=19g SZ=14g C=10g, SZ=24g C=10g, SZ=26g C=10g S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g, S=2g Tzs=3g
PÉNTEK 2026.09.11.	Asványvíz 0,5 liter; Sonkás májaskrém 50g 'Eurofood' 'dupla'; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	Asványvíz 0,5 liter; Sonkás májaskrém 50g 'Eurofood' 'dupla'; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	Asványvíz 0,5 liter; Sonkás májaskrém 50g 'Eurofood' 'dupla'; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;
ÖVI: E=296kcal, Isk: E=348kcal, K.Isk: E=368kcal F=15g ZS=13g, F=15g ZS=16g, F=16g ZS=18g SZ=31g C=10g, SZ=34g C=10g, SZ=34g C=10g S=1g Tzs=2g, S=2g Tzs=3g, S=2g Tzs=4g	ÖVI: E=262kcal, Isk: E=337kcal, K.Isk: E=378kcal F=13g ZS=10g, F=16g ZS=14g, F=21g ZS=16g SZ=30g C=10g, SZ=36g C=12g, SZ=39g C=14g S=1g Tzs=4g, S=2g Tzs=5g, S=2g Tzs=6g	ÖVI: E=453kcal, Isk: E=604kcal, K.Isk: E=698kcal F=20g ZS=19g, F=26g ZS=25g, F=30g ZS=30g SZ=48g C=10g, SZ=66g C=16g, SZ=74g C=20g S=1g Tzs=2g, S=1g Tzs=2g, Tzs=2g	ÖVI: E=244kcal, Isk: E=256kcal, K.Isk: E=368kcal F=4g ZS=4g, F=4g ZS=4g, F=4g ZS=4g SZ=41g C=10g, SZ=60g C=10g, SZ=77g C=10g S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g, S=1g Tzs=1g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: 1300A1 Diabetes



SULI-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu Ellenőrizte: Rakonca Anita dietetikus

Tápanyag

Tápanyagtartalom: E=Számított energia; F=Fehérje; ZS=Szénhidrát; C=Cukor; S=SZ; Tzs=Tejfehérje; 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Múster; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillaggyűjtő; 15=Édesfűszerez; 16=Punatészték; Diétás ételkészítéssel, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegeci ÖVI (www.ovi.szegeciaras.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3081)



Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.09.14. Tej (2)*, Csirkemájkrém 50g; Uborka; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tea csipkebogyó (15)*; Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Gombakrémleves; Bolognai halas-tésztá (9)*; Adalékmentes kenyér (1)*;	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Sertésragu; Szarvacska tésztá;
KEDD 2026.09.15. Poharas tej (2)*; Főtt virsli; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Tej (2)*; Dzsem; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Zöldsegleves; Zöldeges rakott burgonya;	Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Sertés pörkölt; Kelkáposztafőzelék; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
SZERDA 2026.09.16. Tej (2)*; Pápai sonka; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Tea csipkebogyó (15)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Rizsleves; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék (2)*;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Brassói aprópecsenye; Zöldbabfőzelék (2)*;
CSÜTÖRTÖK 2026.09.17. Poharas tej (2)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Lebbencs leves; Káposzta; Alma;	Toast sonkás felvágott; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Zöldeges rizses 'pulyka'; Almakompót (15)*;
PÉNTEK 2026.09.18. Tej (2)*; Toast sonkás felvágott; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Tea (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Zöldborsó leves; Mustáros sertésszellet (1)*; Párolt rizs;	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Ásványvíz 0,5 liter; Csirkemájkrém 50g 'Eurofood' 'dupla'; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kóte;

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: 1300A1 Diabetsesz



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu Ellenőrizte: Rakonca Anita dietetikus

Tápanyagtartalom: E=Szénhidrát energia; F=Fehérje; ZS=Zsír; SZ=Szénhidrát; C=Cukor; S=SZÓ; T=Tej; 2=Tej; 3=Tej; 4=SZÓ; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszár; 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. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)



Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.09.21. Poharas tej (2)*; Zala felvágott; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Tea (15)*; Baromfi párizsi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Meggyleves (15)*; Bácskai rizseshús; Uborkasaláta (15)*;	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Aprópecsenye; Szarvacska térszta;
KEDD 2026.09.22. Tej (2)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Tea (15)*; Csike pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Kertész leves; Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;	Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	Sertésragu; Tört burgonya;
SZERDA 2026.09.23. Poharas tej (2)*; Csike pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Tea (15)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Körtékremleves; Sült csirkemáj; Zöldborsófőzelék (2, 15)*; Alma;	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Rakott burgonya (2)*;
CSÜTÖRTÖK 2026.09.24. Poharas tej (2)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Tea (15)*; Házi körözött (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Paradicsom leves (5, 15)*; Brassói aprópecsenye; Forgatott burgonya; Káposzta saláta (15)*;	Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	Natur hal (9)*; Párolt rizs; Almakompót;
PÉNTEK 2026.09.25. Poharas tej (2)*; Házi pulykahúskrém (2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Pásztorleves 'burgonyamentes'; Vagdalt; Tökfőzelék (2, 15)*; Körte;	Dzsem; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Joghurt (2)*; Harcsapástétom zöldfűszeres 30g 'dupla' (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Körte;

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: 1300A1 Diabeteusz



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kenyérkút ut. 4. Tel.: +36-62-542-015. Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@suli-host.hu Ellenőrizte: Rakonca Anita dietetikus

Tápanyagtartalom: E=Számított energia; F=Fehérje; ZS=Zsír; SZ=Szénhidrát; C=Cukor; S=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=Múster; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűek; Diétás 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. dietetikusától kérhet az előbbi telefonszámon (+36-30-535-3081)



Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2026.09.28. Poharas tej (2)*; Harcspástétom paradicsomos 30g 'dupla' (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér Övi: E=430kcal Isk: E=44kcal Kisk: E=64kcal F=16g ZS=24g F=17g ZS=24g F=22g ZS=43g SZ=59g C=0g SZ=38g C=0g SZ=42g C=0g S=1g Tzs=3g S=2g Tzs=3g S=2g Tzs=5g	Tea (15)*; Dzsem; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Övi: E=245kcal Isk: E=257kcal Kisk: E=36kcal F=4g ZS=4g F=4g ZS=4g F=4g ZS=4g SZ=47g C=0g SZ=50g C=0g SZ=77g C=0g S=1g Tzs=1g S=1g Tzs=1g S=1g Tzs=1g	Zöldségkrémleves (2)*; Párolt sertés szelet; Tört burgonya; Övi: E=502kcal Isk: E=649kcal Kisk: E=75kcal F=24g ZS=21g F=30g ZS=28g F=34g ZS=33g SZ=49g C=2g SZ=62g C=3g SZ=75g C=1g S=0g Tzs=1g S=1g Tzs=2g Tzs=2g	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika; Övi: E=188kcal Isk: E=201kcal Kisk: E=262kcal F=6g ZS=7g F=6g ZS=7g F=12g ZS=14g SZ=23g C=0g SZ=26g C=0g SZ=27g C=0g S=1g Tzs=2g S=1g Tzs=2g S=2g Tzs=4g	Sült virsliz; Zöldborsófőzelék (2, 15)*; Övi: E=346kcal Isk: E=391kcal Kisk: E=619kcal F=10g ZS=16g F=16g ZS=19g F=29g ZS=33g SZ=28g C=8g SZ=36g C=10g SZ=49g C=14g S=2g Tzs=6g S=2g Tzs=6g S=2g Tzs=11g
KEDD 2026.09.29. Poharas tej (2)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka; Övi: E=354kcal Isk: E=399kcal Kisk: E=432kcal F=22g ZS=19g F=24g ZS=19g F=26g ZS=21g SZ=52g C=0g SZ=34g C=0g SZ=42g C=0g S=1g Tzs=5g S=1g Tzs=7g S=2g Tzs=8g	Tea (15)*; Baromfi párizsi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Övi: E=173kcal Isk: E=228kcal Kisk: E=245kcal F=6g ZS=7g F=6g ZS=7g F=6g ZS=7g SZ=21g C=0g SZ=24g C=1g SZ=24g C=1g S=1g Tzs=2g S=2g Tzs=3g S=2g Tzs=4g	Tavaszi leves; Sült húscombóc; Paradicsom mártás (5, 15)*; Főtt burgonya; Övi: E=492kcal Isk: E=661kcal Kisk: E=772kcal F=16g ZS=21g F=24g ZS=31g F=27g ZS=37g SZ=53g C=8g SZ=67g C=10g SZ=76g C=10g S=0g Tzs=1g S=1g Tzs=2g Tzs=2g	Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek; Övi: E=136kcal Isk: E=150kcal Kisk: E=152kcal F=4g ZS=4g F=4g ZS=4g F=6g ZS=4g SZ=21g C=0g SZ=23g C=0g SZ=23g C=0g S=1g Tzs=1g S=1g Tzs=1g S=1g Tzs=1g	Pulykaragu; Orsó tézlia; Alma; Övi: E=429kcal Isk: E=558kcal Kisk: E=658kcal F=20g ZS=12g F=26g ZS=16g F=28g ZS=18g SZ=57g C=0g SZ=77g C=1g SZ=83g C=1g S=0g Tzs=0g S=0g Tzs=0g S=1g Tzs=1g
SZERDA 2026.09.30. Tej (2)*; Csirkemájkrém 50g 'Eurofood' 'dupla'; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika; Övi: E=458kcal Isk: E=496kcal Kisk: E=520kcal F=22g ZS=26g F=24g ZS=26g F=26g ZS=27g SZ=36g C=10g SZ=40g C=12g SZ=43g C=14g S=2g Tzs=0g S=2g Tzs=0g S=2g Tzs=0g	Tea csipkebogyó (15)*; Toast sonkás felvágott; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Övi: E=146kcal Isk: E=172kcal Kisk: E=178kcal F=6g ZS=4g F=6g ZS=4g F=10g ZS=5g SZ=21g C=0g SZ=24g C=0g SZ=24g C=0g S=1g Tzs=1g S=2g Tzs=1g S=2g Tzs=1g	Zellerkrémleves (5)*; Rostonhal zöldfűszeres (9)*; Kukoricás rizs; Narancs; Övi: E=456kcal Isk: E=639kcal Kisk: E=742kcal F=16g ZS=16g F=24g ZS=22g F=25g ZS=28g SZ=61g C=2g SZ=86g C=3g SZ=89g C=4g S=1g Tzs=2g S=2g Tzs=2g Tzs=3g	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Övi: E=228kcal Isk: E=236kcal Kisk: E=236kcal F=6g ZS=7g F=10g ZS=9g F=10g ZS=9g SZ=26g C=0g SZ=27g C=0g SZ=28g C=0g S=1g Tzs=4g S=1g Tzs=4g S=1g Tzs=4g	Brassói aprópecsenye; Tört burgonya; Csemege uborka (11)*; Övi: E=398kcal Isk: E=511kcal Kisk: E=587kcal F=22g ZS=14g F=28g ZS=20g F=32g ZS=21g SZ=40g C=2g SZ=57g C=2g SZ=60g C=3g S=1g Tzs=1g S=2g Tzs=1g S=2g Tzs=1g
CSÜTÖRTÖK 2026.10.01. Kockasajt 'dupla' (2)*; Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Uborka; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Övi: E=353kcal Isk: E=366kcal Kisk: E=461kcal F=14g ZS=16g F=16g ZS=17g F=18g ZS=24g SZ=36g C=0g SZ=38g C=0g SZ=43g C=0g S=2g Tzs=5g S=2g Tzs=5g S=3g Tzs=10g	Tea (15)*; Tejfürös túró (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Övi: E=126kcal Isk: E=133kcal Kisk: E=176kcal F=6g ZS=2g F=6g ZS=2g F=6g ZS=4g SZ=21g C=0g SZ=24g C=0g SZ=24g C=0g S=1g Tzs=0g S=1g Tzs=0g S=1g Tzs=0g	Almaleves (15)*; Bazsalikom csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*; Övi: E=427kcal Isk: E=628kcal Kisk: E=726kcal F=23g ZS=16g F=24g ZS=22g F=36g ZS=26g SZ=44g C=10g SZ=72g C=13g SZ=83g C=14g S=0g Tzs=1g S=0g Tzs=1g Tzs=1g	Tauris zöldséges felvágott; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka; Övi: E=170kcal Isk: E=218kcal Kisk: E=237kcal F=6g ZS=7g F=6g ZS=7g F=10g ZS=11g SZ=21g C=0g SZ=24g C=0g SZ=25g C=0g S=1g Tzs=2g S=2g Tzs=3g S=2g Tzs=4g	Köményes pulykasült; Riz-biz; Övi: E=389kcal Isk: E=538kcal Kisk: E=614kcal F=22g ZS=16g F=28g ZS=21g F=32g ZS=23g SZ=38g C=2g SZ=56g C=3g SZ=67g C=4g S=1g Tzs=1g S=1g Tzs=1g S=1g Tzs=1g
PÉNTEK 2026.10.02. Poharas tej (2)*; Tauris zöldséges felvágott; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika; Övi: E=297kcal Isk: E=340kcal Kisk: E=368kcal F=19g ZS=12g F=16g ZS=15g F=17g ZS=17g SZ=32g C=0g SZ=35g C=0g SZ=39g C=0g S=1g Tzs=2g S=2g Tzs=3g S=2g Tzs=4g	Tea csipkebogyó (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Övi: E=228kcal Isk: E=268kcal Kisk: E=300kcal F=12g ZS=11g F=16g ZS=13g F=17g ZS=16g SZ=20g C=0g SZ=23g C=0g SZ=23g C=0g S=1g Tzs=5g S=1g Tzs=7g S=2g Tzs=8g	Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Övi: E=480kcal Isk: E=666kcal Kisk: E=772kcal F=21g ZS=16g F=28g ZS=28g F=32g ZS=32g SZ=56g C=3g SZ=68g C=5g SZ=81g C=6g S=0g Tzs=2g S=1g Tzs=3g Tzs=3g	Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma; Övi: E=168kcal Isk: E=190kcal Kisk: E=190kcal F=4g ZS=4g F=6g ZS=4g F=6g ZS=4g SZ=26g C=0g SZ=33g C=0g SZ=33g C=0g S=1g Tzs=1g S=1g Tzs=1g S=1g Tzs=1g	Övi: E=0kcal Isk: E=0kcal Kisk: E=0kcal F=0g ZS=0g F=0g ZS=0g F=0g ZS=0g SZ=0g C=0g SZ=0g C=0g SZ=0g C=0g S=0g Tzs=0g S=0g Tzs=0g S=0g Tzs=0g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Étlap: 1300A1 Diabeteusz

SULL-HOST

SULL-HOST VENDEGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@sull-host.hu Ellenőrizte: Rakonca Anita dietetikus



Tápanyagtartalom: E=Számított energia; F=Fehérje; ZS=Zsír; SZ=Szénhidrát; C=Cukor; S=Só; Tzs=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktétlek; 11=Mustár; 12=Szármag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesfűszerez; 16=Puhatestűek; 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. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Adalékmentes kenyér Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	3,00g	0,30g	20,80g	0,10g	0,60g	0,20g
Alma Összetétel: Alma	34,10kcal	0,40g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Almakompót Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Szegfűszeg	85,90kcal	0,40g	0,10g	20,00g	19,90g	0,00g	0,00g
Almakompót Összetétel: Fagy. alma, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Szegfűszeg	45,30kcal	0,40g	0,10g	9,90g	9,90g	0,00g	0,00g
Almás csirkecomb 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 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 Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	364,40kcal	16,50g	10,90g	48,70g	0,30g	0,40g	0,60g
Baromfi párizsi Összetétel: Allergén mentes Csirkejó 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
Bolognai halas-tészta Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes süritett 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
Burgonyafőzelék Összetétel: Babérlevél, őrölt, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	217,50kcal	5,10g	3,60g	37,60g	0,10g	0,20g	0,20g
Burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, őrölt, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	103,10kcal	2,50g	2,20g	17,10g	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
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,40g	0,10g	1,40g	1,10g	0,90g	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
Csirke vagdalt 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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-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
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 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'	217,00kcal	5,00g	3,80g	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 Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,00g	0,10g	1,30g	5,00g
Gombakrémleves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	74,60kcal	2,50g	2,30g	11,00g	0,30g	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
Hagymás burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	224,30kcal	5,10g	4,30g	37,50g	0,30g	0,10g	0,40g
Harcapástétom paradicsomos 30g 'dupla' Összetétel: Paradicsomos harcapástétom	201,60kcal	5,30g	18,30g	3,80g	0,10g	0,80g	2,50g
Harcapástétom zöldfűszeres 30g 'dupla' Összetétel: Zöldfűszeres harcapástétom	200,40kcal	5,20g	18,20g	3,50g	0,10g	0,80g	2,50g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,10kcal	2,90g	1,40g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Liga margarin, Pulykasonka	40,60kcal	4,80g	2,40g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g
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: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Káposzta saláta Összetétel: Bioacet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Só 'jódozott'	25,80kcal	1,30g	0,20g	4,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Kapros káposzta 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 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
Karfiol leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	61,00kcal	2,30g	1,40g	9,30g	2,20g	0,20g	0,10g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,20g	5,70g	5,70g	0,20g	3,40g
Kelkáposztafőzelék 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 Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	54,00kcal	1,30g	2,00g	7,40g	1,40g	0,10g	0,20g
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
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,40g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Körtekrémleves Összetétel: Citrom, Fagy. körte, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	100,80kcal	0,80g	0,40g	24,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Kukoricas rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	213,80kcal	4,50g	5,00g	37,10g	0,80g	0,00g	0,50g
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 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 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
Mustáros sertésszelet 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 hal Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	91,30kcal	9,20g	4,10g	4,30g	0,00g	1,10g	0,40g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-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 Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,60g	0,00g
Paprikás burgonya 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 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 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
Parajfőzelék 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 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'	119,50kcal	6,00g	2,30g	18,00g	0,00g	0,20g	0,00g
Pásztörleves 'burgonyamentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	71,50kcal	1,20g	2,20g	11,40g	1,00g	0,20g	0,20g
Pirított tarhonya 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
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. piritamin paprika, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,60kcal	17,30g	9,20g	3,50g	0,40g	0,10g	0,20g
Pulykaraguleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Örlött fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,50kcal	11,10g	6,60g	5,70g	0,50g	0,30g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Rakott karfiol Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. karfiol, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizs 'Diéta', Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Vöröshagyma	334,20kcal	17,50g	11,60g	36,90g	3,60g	0,30g	0,60g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	223,20kcal	4,80g	6,00g	36,80g	2,10g	0,30g	0,60g
Rizsleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	56,10kcal	1,40g	1,20g	9,80g	1,40g	0,10g	0,10g
Rostonhai 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
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
Sült húsgombóc 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
Sült virsli Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,00g	0,10g	1,30g	5,00g
Szarvacska tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,00kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,10g	0,50g
Szilvaleves Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	51,40kcal	0,90g	0,70g	9,70g	5,20g	0,00g	0,00g
Tarhonyaleves 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
Tavaszeleves 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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tea Összetétel: Citromlé 40%, Folyékony édesítőszer, Teafű	0,70kcal	0,00g	0,00g	0,10g	0,00g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó 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 Összetétel: Folyékony édesítőszer, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	229,00kcal	8,70g	3,30g	41,00g	9,20g	0,20g	1,80g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,90g	0,40g	20,30g	0,30g	0,60g	0,20g
Toast sonkás felvágott Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,10g	0,30g	0,70g	0,00g	0,50g	0,10g
Tökfőzelék 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 Összetétel: Bioecet, Folyékony édesítőszer, Kígyó uborka, Só 'jódozott'	8,50kcal	0,70g	0,10g	1,20g	0,00g	0,10g	0,00g
Vadas pulykaapró Összetétel: Babérlevél, Őrölt, 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, Őrölt, 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 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
Vegyes gyümölcskrémleves tejmentes cukormentes Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. őszibarack, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	110,60kcal	1,70g	0,40g	24,40g	18,00g	0,00g	0,00g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,00g	0,30g	1,10g
Zellerkrémleves 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
Zöldbabfőzelék 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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2026.09.01.-től 2026.09.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zöldborsó leves	66,50kcal	3,20g	0,40g	12,00g	2,90g	0,10g	0,00g
Összetétel: Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldborsófőzelék	202,10kcal	9,60g	4,90g	28,10g	8,30g	0,20g	0,90g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Folyékony édesítőszer, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'							
Zöldborsós sertésragu	145,60kcal	13,90g	7,70g	4,20g	1,20g	0,20g	0,30g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, 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							
Zöldséges rakott burgonya	341,20kcal	18,10g	9,40g	41,70g	0,20g	0,00g	0,40g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldséges rizses 'pulyka'	219,00kcal	7,70g	7,70g	28,90g	2,00g	0,50g	0,60g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldségkrémleves	88,90kcal	1,80g	3,20g	12,90g	1,90g	0,20g	0,30g
Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldségkrémleves	89,60kcal	1,90g	4,00g	11,00g	1,90g	0,10g	0,30g
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							
Zöldségleves	69,90kcal	1,90g	2,70g	9,10g	1,90g	0,20g	0,30g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							