

Tízórai				Ebéd A				Uzsonna			
Tej (2)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';				Meggyleves 'Liszt-, tejmentes'; Bácskai rizesshús sertés; Csemege uborka (11)*;				Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';			
HÉTFŐ 2022.08.01.				Övoda: EN=344,61kcal FH=15,43g ZS=10,00g SZH=61,24g CK=16,75g SO=2,49g Tzs=0,62g Iskola: EN=444,94kcal FH=18,73g ZS=17,16g SZH=84,92g CK=25,66g SO=3,39g Tzs=0,82g Kisiskola: EN=534,67kcal FH=21,85g ZS=16,54g SZH=94,90g CK=32,28g SO=3,88g Tzs=1,03g				Övoda: EN=341,75kcal FH=15,40g ZS=15,49g SZH=61,35g CK=16,75g SO=2,49g Tzs=0,62g Iskola: EN=341,75kcal FH=15,40g ZS=15,49g SZH=61,35g CK=16,75g SO=2,49g Tzs=0,62g Kisiskola: EN=683,50kcal FH=30,50g ZS=30,99g SZH=170,59g CK=32,28g SO=3,50g Tzs=1,03g			
KEDD 2022.08.02.				Övoda: EN=528,45kcal FH=25,33g ZS=28,04g SZH=43,63g CK=10,34g SO=2,83g Tzs=0,87g Iskola: EN=556,45kcal FH=26,83g ZS=29,44g SZH=45,93g CK=12,84g SO=2,89g Tzs=1,07g Kisiskola: EN=825,40kcal FH=31,06g ZS=37,18g SZH=61,63g CK=16,02g SO=3,49g Tzs=1,23g				Övoda: EN=540,60kcal FH=21,87g ZS=20,70g SZH=64,64g CK=1,39g SO=1,19g Tzs=1,23g Iskola: EN=708,29kcal FH=28,19g ZS=27,22g SZH=84,92g CK=3,21g SO=2,39g Tzs=1,64g Kisiskola: EN=651,30kcal FH=31,95g ZS=32,88g SZH=103,79g CK=3,88g SO=2,67g Tzs=2,00g			
SZERDA 2022.08.03.				Övoda: EN=455,25kcal FH=21,44g ZS=22,10g SZH=42,76g CK=10,31g SO=1,98g Tzs=0,87g Iskola: EN=530,45kcal FH=24,75g ZS=27,93g SZH=45,16g CK=12,63g SO=2,39g Tzs=1,07g Kisiskola: EN=799,40kcal FH=38,98g ZS=35,67g SZH=80,86g CK=16,01g SO=3,81g Tzs=1,20g				Övoda: EN=670,24kcal FH=28,40g ZS=20,32g SZH=75,69g CK=16,99g SO=2,59g Tzs=1,75g Iskola: EN=778,09kcal FH=43,86g ZS=24,34g SZH=86,53g CK=22,86g SO=3,79g Tzs=2,07g Kisiskola: EN=1,092,57kcal FH=62,27g ZS=26,73g SZH=135,31g CK=31,92g SO=6,11g Tzs=2,54g			
CSÜTÖRTÖK 2022.08.04.				Övoda: EN=289,82kcal FH=16,68g ZS=7,71g SZH=39,30g CK=6,17g SO=1,41g Tzs=0,79g Iskola: EN=318,96kcal FH=17,84g ZS=8,70g SZH=41,97g CK=6,24g SO=1,41g Tzs=0,79g Kisiskola: EN=575,67kcal FH=31,32g ZS=15,42g SZH=77,67g CK=11,36g SO=2,92g Tzs=1,57g				Övoda: EN=476,01kcal FH=23,85g ZS=12,28g SZH=61,06g CK=12,82g SO=1,32g Tzs=0,64g Iskola: EN=615,79kcal FH=28,73g ZS=17,60g SZH=78,49g CK=18,41g SO=2,71g Tzs=0,94g Kisiskola: EN=725,35kcal FH=33,79g ZS=20,09g SZH=85,13g CK=22,43g SO=3,17g Tzs=1,11g			
PÉNTEK 2022.08.05.				Övoda: EN=366,05kcal FH=17,83g ZS=16,12g SZH=39,62g CK=6,78g SO=1,46g Tzs=0,94g Iskola: EN=368,45kcal FH=18,03g ZS=15,14g SZH=39,96g CK=6,78g SO=1,46g Tzs=0,94g Kisiskola: EN=610,60kcal FH=30,86g ZS=21,49g SZH=73,53g CK=7,86g SO=2,87g Tzs=1,57g				Övoda: EN=715,90kcal FH=28,59g ZS=32,17g SZH=74,69g CK=10,73g SO=2,45g Tzs=2,00g Iskola: EN=879,47kcal FH=33,74g ZS=41,68g SZH=87,83g CK=13,73g SO=3,75g Tzs=2,51g Kisiskola: EN=1,189,32kcal FH=49,70g ZS=46,82g SZH=132,02g CK=17,85g SO=6,16g Tzs=2,89g			
HÉTFO 2022.08.01.				Övoda: EN=326,15kcal FH=16,40g ZS=13,00g SZH=35,78g CK=1,08g SO=1,70g Tzs=2,44g Iskola: EN=330,15kcal FH=16,72g ZS=13,08g SZH=35,78g CK=1,08g SO=1,70g Tzs=2,44g Kisiskola: EN=652,30kcal FH=32,96g ZS=26,00g SZH=71,55g CK=2,16g SO=3,50g Tzs=4,87g				Övoda: EN=317,55kcal FH=13,50g ZS=9,84g SZH=43,31g CK=1,08g SO=1,31g Tzs=1,49g Iskola: EN=333,95kcal FH=13,78g ZS=9,84g SZH=46,91g CK=1,08g SO=1,31g Tzs=1,49g Kisiskola: EN=574,90kcal FH=25,51g ZS=16,18g SZH=60,31g CK=2,16g SO=2,72g Tzs=2,27g			

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név: 0300A1 Gluténmentes

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

Dietetikusok: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfűt; 15=Édesítőszer; 16=Pinhatesűk
Szegelei ÖVI (www.ovi.szegevaros.hu), NCSZ (www.ncsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikussal lehet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081) Rendszer 3.0

Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;			Gulyás leves sertéshússal; Darásmetél; Alma;			Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';		
HÉTFŐ 2022.08.08. Övoda: EN=390,45kcal FH=19,09g ZS=15,53g SZH=43,51g CK=10,28g SO=1,51g TZS=4,89g Iskola: EN=422,45kcal FH=20,83g ZS=16,99g SZH=46,41g CK=12,58g SO=1,58g TZS=5,74g Kiskola: EN=693,40kcal FH=35,18g ZS=24,76g SZH=82,41g CK=15,96g SO=3,02g TZS=7,37g			Övoda: EN=689,52kcal FH=15,29g ZS=17,40g SZH=114,98g CK=33,04g SO=1,64g TZS=1,33g Iskola: EN=697,68kcal FH=22,16g ZS=20,77g SZH=151,33g CK=39,20g SO=2,54g TZS=1,44g Kiskola: EN=1.060,38kcal FH=26,50g ZS=25,12g SZH=177,11g CK=39,43g SO=3,54g TZS=1,74g			Övoda: EN=320,15kcal FH=16,12g ZS=12,91g SZH=34,88g CK=1,08g SO=1,70g TZS=2,44g Iskola: EN=320,15kcal FH=16,12g ZS=12,91g SZH=34,88g CK=1,08g SO=1,70g TZS=2,44g Kiskola: EN=640,30kcal FH=32,24g ZS=25,82g SZH=69,76g CK=2,16g SO=3,50g TZS=4,87g		
Tej (2)*; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;			Karalábé leves 'lisztmentes'; Húsgombóc sült; Paradicsom mártás 'lisztmentes' (5)*; Főtt burgonya;			Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		
KEDD 2022.08.09. Övoda: EN=407,21kcal FH=23,28g ZS=15,59g SZH=43,25g CK=10,33g SO=2,09g TZS=4,79g Iskola: EN=453,97kcal FH=27,09g ZS=17,82g SZH=45,93g CK=12,63g SO=2,39g TZS=5,64g Kiskola: EN=756,72kcal FH=45,62g ZS=27,19g SZH=81,89g CK=16,01g SO=4,09g TZS=7,27g			Övoda: EN=507,73kcal FH=17,13g ZS=19,54g SZH=66,57g CK=18,71g SO=0,95g TZS=0,79g Iskola: EN=664,03kcal FH=22,44g ZS=27,33g SZH=82,69g CK=25,66g SO=2,47g TZS=1,11g Kiskola: EN=775,14kcal FH=25,52g ZS=32,66g SZH=95,19g CK=29,81g SO=3,48g TZS=1,42g			Övoda: EN=312,65kcal FH=14,73g ZS=13,24g SZH=33,81g CK=1,20g SO=1,71g TZS=2,69g Iskola: EN=352,85kcal FH=16,73g ZS=16,64g SZH=34,21g CK=1,32g SO=2,11g TZS=3,88g Kiskola: EN=613,90kcal FH=30,46g ZS=24,68g SZH=67,81g CK=2,46g SO=3,72g TZS=5,27g		
Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';			Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldséves (9)*; Rizibizi; Alma;			Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		
SZERDA 2022.08.10. Övoda: EN=306,93kcal FH=14,79g ZS=10,19g SZH=39,12g CK=6,11g SO=1,81g TZS=1,62g Iskola: EN=329,17kcal FH=16,85g ZS=10,53g SZH=41,81g CK=6,13g SO=2,31g TZS=1,75g Kiskola: EN=585,24kcal FH=30,61g ZS=17,05g SZH=77,57g CK=11,22g SO=3,97g TZS=2,61g			Övoda: EN=413,66kcal FH=16,56g ZS=17,03g SZH=68,94g CK=3,77g SO=2,21g TZS=1,79g Iskola: EN=556,58kcal FH=21,89g ZS=22,01g SZH=83,94g CK=5,11g SO=3,28g TZS=2,31g Kiskola: EN=659,72kcal FH=26,62g ZS=26,08g SZH=106,09g CK=6,63g SO=4,65g TZS=2,75g			Övoda: EN=365,45kcal FH=17,83g ZS=15,24g SZH=39,41g CK=1,08g SO=1,46g TZS=5,09g Iskola: EN=365,45kcal FH=17,83g ZS=15,24g SZH=39,41g CK=1,08g SO=1,46g TZS=5,09g Kiskola: EN=606,40kcal FH=31,58g ZS=21,58g SZH=72,81g CK=8,16g SO=2,87g TZS=5,87g		
Tea citromos; Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes';			Almaleves (lisztmentes, tejles) (2)*; Bazsalikomos csikeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;			Taurus zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		
CSÜTÖRTÖK 2022.08.11. Övoda: EN=286,17kcal FH=15,00g ZS=7,69g SZH=38,12g CK=6,13g SO=1,41g TZS=0,79g Iskola: EN=320,33kcal FH=16,74g ZS=9,39g SZH=41,85g CK=6,15g SO=1,41g TZS=0,79g Kiskola: EN=582,18kcal FH=30,34g ZS=16,58g SZH=77,60g CK=11,23g SO=2,92g TZS=1,57g			Övoda: EN=507,53kcal FH=25,44g ZS=15,87g SZH=63,11g CK=21,74g SO=0,35g TZS=1,38g Iskola: EN=686,31kcal FH=33,15g ZS=20,60g SZH=88,64g CK=29,56g SO=1,66g TZS=1,76g Kiskola: EN=809,78kcal FH=37,85g ZS=24,53g SZH=105,48g CK=36,70g SO=2,48g TZS=2,25g			Övoda: EN=310,45kcal FH=14,94g ZS=12,64g SZH=34,35g CK=1,13g SO=1,75g TZS=2,53g Iskola: EN=347,25kcal FH=17,05g ZS=15,44g SZH=35,12g CK=1,17g SO=2,19g TZS=3,57g Kiskola: EN=606,60kcal FH=30,84g ZS=23,15g SZH=68,91g CK=2,27g SO=3,82g TZS=4,88g		
Péntek 2022.08.12. Övoda: EN=450,85kcal FH=20,83g ZS=16,82g SZH=44,06g CK=21,08g SO=1,79g TZS=6,02g Iskola: EN=482,25kcal FH=23,43g ZS=19,12g SZH=44,11g CK=21,08g SO=1,95g TZS=7,52g Kiskola: EN=754,60kcal FH=38,76g ZS=27,76g SZH=87,56g CK=22,16g SO=3,52g TZS=9,80g			Zöldbab leves (gluténmentes); Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;			Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		
Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';								

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂;
TZS=Teljes zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Héj; 10=Rákteték; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Funestestiek
SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
SULI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3081).

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

[illegible]

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.08.01.-től 2022.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves (lisztmentes,tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,57kcal	1,72g	0,61g	26,10g	21,28g	0,13g	0,27g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,20g	0,20g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	251,17kcal	13,91g	9,79g	40,47g	0,25g	1,49g	0,61g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bazsalikom csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,10g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,20g	0,20g
Brassói aprópecsenye csirkehús Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,32kcal	16,85g	6,01g	1,29g	0,34g	0,20g	0,20g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,25kcal	13,20g	8,24g	3,72g	0,51g	0,60g	0,82g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,53g	0,22g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	186,09kcal	17,14g	11,63g	2,30g	0,68g	0,20g	0,82g
Csontleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsá tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,58kcal	1,03g	2,12g	8,94g	0,97g	0,14g	0,22g
Darásmetélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	465,83kcal	4,47g	8,26g	92,24g	32,00g	1,51g	0,70g
Finomfőzelék tejes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	201,98kcal	7,31g	3,62g	33,09g	16,04g	0,86g	0,63g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.08.01.-től 2022.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,16kcal	5,00g	4,28g	36,80g	0,00g	0,99g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,10g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Frankfurti leves liszt-,tejmentes Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli	148,03kcal	5,37g	8,43g	11,96g	0,22g	1,17g	2,70g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,99g	0,40g
Gulyás leves sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,59kcal	10,38g	9,14g	15,04g	1,04g	0,13g	0,63g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,58g	0,80g
Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,58g	0,60g
Hentes sertés szelet 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	175,56kcal	19,51g	8,87g	3,27g	0,32g	0,99g	0,41g
Húsgombóc sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,76kcal	9,74g	13,84g	12,28g	0,13g	0,10g	0,20g
Húsos tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma	420,14kcal	12,97g	19,23g	46,94g	0,25g	1,49g	0,40g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,10g	0,01g
Karalábé leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	76,36kcal	1,57g	3,08g	10,19g	3,54g	0,59g	0,33g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	113,02kcal	3,07g	2,23g	19,59g	0,17g	0,30g	0,21g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	240,95kcal	12,73g	6,34g	33,41g	1,08g	1,31g	0,79g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	240,95kcal	12,73g	6,34g	33,41g	1,08g	1,21g	0,79g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.08.01.-től 2022.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kertész leves (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	61,76kcal	1,28g	2,98g	7,22g	1,28g	0,12g	0,32g
Kigyó uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pritamin paprika, Köles, Liga margarin, Örlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	250,96kcal	6,91g	8,33g	36,07g	0,24g	0,12g	0,78g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Örlt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,99g	0,30g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,10g	0,00g
Lebbencs leves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Örlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	106,03kcal	2,15g	2,99g	16,59g	0,89g	0,58g	0,53g
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,10g	0,00g
Milánói makaróni 'lisztmentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Örlt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,68kcal	14,84g	18,51g	56,03g	8,98g	0,53g	0,34g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Örlt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,20g	0,70g
Natúr sertésszelet 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,33kcal	16,83g	12,00g	0,60g	0,13g	0,99g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,50g	0,20g
Őszibarack Összetétel: Őszibarack	45,10kcal	0,77g	0,00g	9,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Őszibarack rostoslé (dobozos) Összetétel: 50%-os őszibarack dobozos gyümölcslé	94,00kcal	0,00g	0,00g	22,00g	12,00g	0,00g	0,00g
Őszibarackleves tejjel 'lisztmentes' Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Főzőtejszín, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	105,65kcal	1,21g	0,68g	23,99g	19,90g	0,11g	0,17g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Örlt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,50g	1,02g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.08.01.-től 2022.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsom leves 'lisztmentes'	103,93kcal	1,93g	0,37g	23,06g	12,48g	0,13g	0,03g
Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma							
Paradicsom mártás 'lisztmentes'	137,61kcal	3,31g	2,32g	25,70g	15,04g	0,17g	0,26g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma							
Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom							
Párolt rizs	121,15kcal	2,56g	3,34g	31,67g	0,04g	0,20g	0,35g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Párolt rizs	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,30g	0,80g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Párolt zöldségek inyenc	73,80kcal	3,62g	1,60g	10,82g	0,02g	0,23g	0,21g
Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin, Só 'jódozott'							
Petrezselymes burgonya	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,50g	0,80g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'							
Petrezselymes rizs	240,52kcal	3,93g	11,23g	48,13g	0,34g	0,50g	1,20g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Petrezselymes túrókrém	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,10g	0,00g
Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'							
Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Poharas tej							
Pritaminos csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'	121,44kcal	13,06g	5,18g	4,93g	0,41g	0,50g	0,51g
Összetétel: Burgonya, Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Pulykaragu	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,50g	0,21g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rakott brokkoli kölessel sajtos	372,38kcal	23,89g	15,09g	30,88g	3,86g	1,10g	2,74g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%', Trappista sajt, Vöröshagyma							
Rizi-bizi	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	1,00g	0,63g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rizsleves	48,66kcal	1,44g	1,14g	9,81g	1,39g	0,55g	0,13g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rostonhal zöldfűszeres	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	1,04g	1,00g
Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'							
Rostos almálé	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
Összetétel: 50%-os alma dobozos gyümölcsle							
Sajtos-tejfölös tészta	347,66kcal	9,58g	13,03g	47,13g	0,00g	0,51g	4,15g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt							

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.08.01.-től 2022.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajtszórat Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,99g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,99g	0,41g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,07kcal	2,80g	4,16g	53,90g	0,00g	0,50g	0,30g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,30g	0,20g
Sült hal Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	1,04g	0,40g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szárazbabfőzelék lisztment. tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szárazbab, Tejföl '12%', Vöröshagyma	237,03kcal	11,77g	3,95g	37,26g	1,58g	0,50g	0,30g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,50g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,44kcal	0,75g	0,13g	21,53g	17,22g	0,11g	0,00g
Tarhonyaleves 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,71kcal	1,87g	3,17g	15,38g	1,02g	0,53g	0,32g
Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,86g	3,17g	15,21g	0,93g	0,53g	0,32g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tavaszi leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,62kcal	1,06g	4,81g	6,74g	1,15g	0,23g	0,51g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,72kcal	0,00g	0,00g	5,06g	5,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,48kcal	0,00g	0,00g	5,04g	5,03g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '2,8%'	112,00kcal	6,00g	5,60g	9,20g	9,20g	0,20g	3,40g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.08.01.-től 2022.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '2,8'	258,50kcal	9,19g	5,75g	56,65g	17,20g	0,20g	3,40g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,10g	0,00g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tökfőzelék tejfölös 'lisztmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	153,20kcal	2,79g	5,93g	21,24g	8,38g	0,21g	0,64g
Tórt burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,99g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	211,76kcal	17,80g	13,56g	3,52g	0,65g	0,51g	0,61g
Vagdalt pogácsa burgonyás Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,50g	0,26g
Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,20g	0,26g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,13kcal	1,87g	1,43g	10,36g	1,68g	0,17g	0,16g
Zöldbab leves (gluténmentes) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	101,82kcal	3,07g	3,28g	14,07g	2,37g	0,54g	0,36g
Zöldbabfőzelék tejfölös 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	148,24kcal	4,58g	4,71g	20,53g	5,28g	0,21g	0,47g
Zöldborsó leves 'lisztmentes' Összetétel: Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	66,49kcal	3,18g	0,39g	11,99g	2,93g	0,54g	0,05g
Zöldborsófőzelék 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'	206,82kcal	7,76g	4,29g	32,68g	14,00g	0,52g	0,48g
Zöldborsófőzelék tejjel 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '2,8'	229,22kcal	8,96g	5,41g	34,52g	15,84g	0,56g	1,16g
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,57kcal	13,90g	7,72g	4,20g	1,17g	0,50g	0,32g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2022.08.01.-től 2022.08.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zöldfűszeres harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	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	19,29g	11,04g	39,28g	0,17g	0,18g	1,15g
Zöldséges rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Rizs 'A', Só 'jódozott'	167,24kcal	3,86g	5,80g	36,22g	1,01g	0,78g	0,63g
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	1,91g	2,65g	9,11g	1,91g	0,56g	0,28g