

2025. JANUÁR

Tízórai

Ebéd A

Uzsonna

Joghurt (2)\*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)\*; Kenyér 'gluténmentes';

Babgyulás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejes' (2)\*; Alma;

Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';

HÉTFŐ  
2024.12.30.

Övoda: EN=650,24kcal  
FH=61,70g ZS=26,98g  
SZH=50,54g CK=6,10g  
SÓ=4,38g TZS=6,53g

Övoda: EN=692,35kcal  
FH=23,79g ZS=11,11g  
SZH=92,18g CK=2,56g  
SÓ=0,45g TZS=2,92g

Övoda: EN=648,54kcal  
FH=43,99g ZS=15,94g  
SZH=59,25g CK=16,46g  
SÓ=3,81g TZS=2,40g

KEDD  
2024.12.31.

Övoda: EN=670,74kcal  
FH=51,99g ZS=22,84g  
SZH=51,92g CK=0,04g  
SÓ=4,29g TZS=6,90g

Övoda: EN=470,45kcal  
FH=23,76g ZS=13,80g  
SZH=89,04g CK=2,177g  
SÓ=0,29g TZS=0,73g

Övoda: EN=213,80kcal  
FH=2,78g ZS=7,82g  
SZH=30,50g CK=0,00g  
SÓ=0,72g TZS=1,24g

SZERDA  
2025.01.01.

Övoda: EN=512,82kcal  
FH=44,28g ZS=15,97g  
SZH=48,32g CK=6,07g  
SÓ=3,81g TZS=2,40g

Övoda: EN=607,40kcal  
FH=22,69g ZS=22,25g  
SZH=76,40g CK=1,56g  
SÓ=0,56g TZS=1,43g

Övoda: EN=636,24kcal  
FH=47,38g ZS=19,01g  
SZH=44,24g CK=0,04g  
SÓ=4,20g TZS=3,38g

CSÜTÖRTÖK  
2025.01.02.

Övoda: EN=605,91kcal  
FH=46,92g ZS=19,81g  
SZH=48,87g CK=6,13g  
SÓ=3,84g TZS=2,40g

Övoda: EN=640,90kcal  
FH=24,25g ZS=17,02g  
SZH=66,76g CK=2,319g  
SÓ=1,11g TZS=1,29g

Övoda: EN=602,54kcal  
FH=46,00g ZS=16,28g  
SZH=43,44g CK=0,04g  
SÓ=4,31g TZS=2,53g

PÉNTEK  
2025.01.03.

Övoda: EN=618,74kcal  
FH=63,99g ZS=21,97g  
SZH=52,78g CK=9,28g  
SÓ=4,34g TZS=6,28g

Övoda: EN=699,78kcal  
FH=37,18g ZS=23,18g  
SZH=92,21g CK=8,89g  
SÓ=1,86g TZS=2,91g

Övoda: EN=651,04kcal  
FH=43,99g ZS=15,94g  
SZH=57,77g CK=13,29g  
SÓ=3,81g TZS=2,40g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk



SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.  
6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

Étlap név:  
0300A1 Gluténmentes

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=Rakételek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogtató; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer  
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NCGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szélességi tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host  
Étkeztetési  
Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2025.01.06.	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<p>Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;</p>	<p>Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;</p>	<p>Kefir (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;</p>	<p>Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;</p>
<p>Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';</p>	<p>Csontleves; Rakott zöldbab tejfőlés (2)*; Körte;</p>	<p>Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertésült; Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmmentes'; Kenyér 'gluténmentes';</p>	<p>Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';</p>
<p>SZERDA 2025.01.08.</p> <p>Rostos almalé; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;</p>	<p>Lebbencs leves 'lisztmentes'; Kapros káposzta 'Liszt-, tejmmentes'; Kenyér 'gluténmentes';</p>	<p>Lebbencs leves 'lisztmentes'; Kapros káposzta 'Liszt-, tejmmentes'; Kenyér 'gluténmentes';</p>	<p>Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';</p>
<p>CSÜTÖRTÖK 2025.01.09.</p> <p>Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;</p>	<p>Zöldsgéjleves 'lisztmentes'; Mezes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Alma;</p>	<p>Zöldsgéjleves 'lisztmentes'; Mezes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Alma;</p>	<p>Zöldfűszeres harcsapátlóm (9)*; Kenyér 'gluténmentes';</p>
<p>PÉNTEK 2025.01.10.</p>	<p>Rostos almalé; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';</p>	<p>Zöldsgéjleves 'lisztmentes'; Mezes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Alma;</p>	<p>Zöldfűszeres harcsapátlóm (9)*; Kenyér 'gluténmentes';</p>



**SULL-HOST VÉNDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kenyér-Égő utca 4. Tel: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: mail@sull-host.hu

**Étlap név: 0300A1 Gluténmentes**

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;  
TZS=Telített zsírsav;  
(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kendioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesítőszer; 16=Pinasztélek  
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Sull-Host étkezési Rendszer 3.0 Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szébbé tételek készítését a Sull-Host Kft. diétikusától kérheti az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

HÉTFŐ 2025.01.13.		KEDD 2025.01.14.		SZERDA 2025.01.15.		CSÜTÖRTÖK 2025.01.16.		PÉNTEK 2025.01.17.	
Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai	
Tej (2)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tej (2)*; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tej (2)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tea citromos; Kőözölt 'házi' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	
Mogygyeves 'Liszt-, tejmentes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;		Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;		Zöldségleves 'lisztmentes'; Sült csirkecomb; Zöldségszósz 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';		Paradicsom leves 'lisztmentes' (5)*; Brassói aprópecsenye; Forgotott burgonya;		Tahonyaleves tej-, cukormentes; Vagdalt pogácsa burgonyás; Tökrözelek tejfőlés 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';	
Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;		Bebo margarin 10g; Zöldpaprika; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Kőte;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
Óvoda: EN=616,74kcal FH=92,19g ZS=22,34g SZH=42,37g CK=8,38g SÓ=4,41g TZS=5,40g		Óvoda: EN=720,64kcal FH=56,19g ZS=31,54g SZH=52,99g CK=9,30g SÓ=5,53g TZS=9,18g		Óvoda: EN=547,64kcal FH=22,90g ZS=25,85g SZH=42,12g CK=6,27g SÓ=4,48g TZS=6,98g		Óvoda: EN=505,91kcal FH=46,92g ZS=13,81g SZH=46,87g CK=6,13g SÓ=3,98g TZS=1,70g		Óvoda: EN=634,54kcal FH=49,15g ZS=21,28g SZH=49,97g CK=6,74g SÓ=3,98g TZS=5,85g	
Iskola: EN=678,94kcal FH=65,74g ZS=26,49g SZH=55,07g CK=8,14g SÓ=4,89g TZS=1,05g		Iskola: EN=742,64kcal FH=69,14g ZS=32,29g SZH=55,29g CK=11,80g SÓ=5,98g TZS=6,93g		Iskola: EN=716,64kcal FH=56,26g ZS=30,78g SZH=54,42g CK=11,85g SÓ=6,85g TZS=2,28g		Iskola: EN=935,05kcal FH=49,10g ZS=14,80g SZH=51,33g CK=7,20g SÓ=3,84g TZS=1,70g		Iskola: EN=598,54kcal FH=49,39g ZS=21,34g SZH=49,97g CK=6,74g SÓ=3,98g TZS=5,85g	
K: Iskola: EN=1178,08kcal FH=102,22g ZS=41,38g SZH=100,34g CK=14,19g SÓ=8,91g TZS=9,89g		K: Iskola: EN=1221,58kcal FH=103,98g ZS=45,48g SZH=100,38g CK=13,94g SÓ=9,23g TZS=11,78g		K: Iskola: EN=1195,58kcal FH=101,98g ZS=43,97g SZH=99,59g CK=13,99g SÓ=8,70g TZS=11,48g		K: Iskola: EN=1007,85kcal FH=93,84g ZS=27,61g SZH=96,38g CK=9,28g SÓ=7,67g TZS=3,40g		K: Iskola: EN=1047,58kcal FH=93,90g ZS=33,81g SZH=98,04g CK=9,57g SÓ=7,79g TZS=3,59g	
Óvoda: EN=944,61kcal FH=15,43g ZS=10,00g SZH=61,24g CK=16,75g SÓ=1,38g TZS=0,62g		Óvoda: EN=541,18kcal FH=21,86g ZS=20,66g SZH=64,79g CK=2,06g SÓ=0,37g TZS=1,22g		Óvoda: EN=586,44kcal FH=38,25g ZS=20,30g SZH=64,92g CK=15,94g SÓ=1,48g TZS=1,75g		Óvoda: EN=476,01kcal FH=23,85g ZS=12,96g SZH=61,06g CK=12,82g SÓ=0,42g TZS=0,64g		Óvoda: EN=632,09kcal FH=28,40g ZS=32,15g SZH=63,92g CK=12,88g SÓ=1,50g TZS=2,00g	
Iskola: EN=444,94kcal FH=18,73g ZS=12,78g SZH=61,24g CK=15,68g SÓ=1,84g TZS=0,89g		Iskola: EN=709,61kcal FH=28,15g ZS=27,20g SZH=65,29g CK=3,53g SÓ=0,76g TZS=1,64g		Iskola: EN=694,29kcal FH=43,70g ZS=24,31g SZH=65,78g CK=21,83g SÓ=1,75g TZS=2,07g		Iskola: EN=615,79kcal FH=29,79g ZS=17,60g SZH=78,49g CK=18,41g SÓ=0,84g TZS=0,94g		Iskola: EN=795,68kcal FH=33,59g ZS=41,65g SZH=67,09g CK=12,88g SÓ=1,89g TZS=2,51g	
K: Iskola: EN=631,67kcal FH=21,85g ZS=15,54g SZH=94,99g CK=25,28g SÓ=2,16g TZS=1,03g		K: Iskola: EN=882,95kcal FH=31,89g ZS=32,86g SZH=104,21g CK=4,28g SÓ=0,87g TZS=2,05g		K: Iskola: EN=921,95kcal FH=61,98g ZS=28,68g SZH=104,77g CK=29,83g SÓ=2,81g TZS=2,54g		K: Iskola: EN=728,35kcal FH=63,78g ZS=20,08g SZH=95,13g CK=22,43g SÓ=1,15g TZS=1,11g		K: Iskola: EN=1007,08kcal FH=49,38g ZS=46,79g SZH=90,48g CK=15,75g SÓ=3,16g TZS=2,88g	
Óvoda: EN=657,24kcal FH=46,80g ZS=21,58g SZH=44,54g CK=0,10g SÓ=4,20g TZS=2,93g		Óvoda: EN=622,64kcal FH=44,48g ZS=15,84g SZH=50,47g CK=0,04g SÓ=3,81g TZS=2,40g		Óvoda: EN=185,76kcal FH=2,70g ZS=7,91g SZH=23,10g CK=0,00g SÓ=0,72g TZS=1,24g		Óvoda: EN=545,74kcal FH=44,48g ZS=15,94g SZH=55,97g CK=0,04g SÓ=3,81g TZS=2,40g		Óvoda: EN=651,04kcal FH=43,99g ZS=15,94g SZH=57,77g CK=13,29g SÓ=3,81g TZS=2,40g	
Iskola: EN=687,24kcal FH=46,80g ZS=21,58g SZH=44,54g CK=0,10g SÓ=4,20g TZS=2,93g		Iskola: EN=635,04kcal FH=44,58g ZS=15,84g SZH=53,27g CK=0,04g SÓ=3,81g TZS=2,40g		Iskola: EN=189,0kcal FH=2,94g ZS=7,97g SZH=24,30g CK=0,00g SÓ=0,72g TZS=1,24g		Iskola: EN=566,64kcal FH=44,58g ZS=15,94g SZH=60,77g CK=0,04g SÓ=3,81g TZS=2,40g		Iskola: EN=551,04kcal FH=43,99g ZS=15,94g SZH=57,77g CK=13,29g SÓ=3,81g TZS=2,40g	
K: Iskola: EN=1114,48kcal FH=93,20g ZS=43,12g SZH=88,08g CK=0,20g SÓ=6,39g TZS=5,85g		K: Iskola: EN=982,08kcal FH=88,58g ZS=28,98g SZH=96,04g CK=0,08g SÓ=7,61g TZS=4,10g		K: Iskola: EN=339,96kcal FH=5,40g ZS=12,32g SZH=47,48g CK=0,00g SÓ=1,44g TZS=1,78g		K: Iskola: EN=1023,68kcal FH=88,58g ZS=28,98g SZH=103,54g CK=0,08g SÓ=7,61g TZS=4,10g		K: Iskola: EN=1070,68kcal FH=87,98g ZS=28,98g SZH=115,84g CK=0,28g SÓ=7,61g TZS=4,10g	

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kenyérégház út 4. Tel.: +36-62-542-015. Fax: +36-62-542-016  
E-mail: [mail@sull-host.hu](mailto:mail@sull-host.hu)

**Étlap név:**  
**0300A1 Gluténmentes**

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;  
TZS=Telített zsírsav  
(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tofu; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;  
9=Hal; 10=Rakéték; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfűt; 15=Édesítőszer; 16=Pinasztűk  
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI ([www.ovi.szegevaros.hu](http://www.ovi.szegevaros.hu)), NGSZ ([www.ngsz.hu](http://www.ngsz.hu)) valamint a SULL-HOST Kft. ([www.sull-host.hu](http://www.sull-host.hu)) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

**Sull-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**

HÉTFŐ 2025.01.20.		KEDD 2025.01.21.		SZERDA 2025.01.22.		CSÜTÖRTÖK 2025.01.23.		PÉNTEK 2025.01.24.			
Tízórai		Tej (2)*, Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Tea citromos; Tejfőlös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Tea citromos; Tejfőlös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Tea citromos; Tejfőlös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes';			
Ebéd A		Karálbé leves 'lisztmentes'; Húsgombóc sült tojásment.; Paradicsom mártás 'lisztmentes' (5)*; Főtt burgonya;		Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*, Rostonhal zöldfűszeres (9)*; Rizibizsi;		Almaleves (lisztmentes,tejes) (2)*; Bazsalikomos csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;		Zöldbab leves (gluténmentes); Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;			
Uzsonna		Csirkealjkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';		Joghurt (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;		Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborika;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';			
Övoda: EN=592,8kcal FH=50,59g ZS=19,09g SZH=82,87g CK=9,24g SO=4,01g TZS=4,29g		Övoda: EN=580,70kcal FH=62,60g ZS=17,81g SZH=83,20g CK=9,29g SO=4,59g TZS=4,29g		Övoda: EN=523,02kcal FH=46,05g ZS=16,28g SZH=68,48g CK=6,07g SO=4,31g TZS=2,59g		Övoda: EN=502,28kcal FH=46,26g ZS=13,78g SZH=68,48g CK=6,09g SO=3,82g TZS=1,70g		Övoda: EN=520,64kcal FH=25,42g ZS=11,37g SZH=63,09g CK=2,172g SO=0,12g TZS=1,18g		Övoda: EN=536,82kcal FH=21,73g ZS=19,48g SZH=62,32g CK=2,89g SO=0,56g TZS=1,98g	
Iskola: EN=608,6kcal FH=62,34g ZS=19,84g SZH=85,77g CK=9,15g SO=4,08g TZS=4,65g		Iskola: EN=612,16kcal FH=65,38g ZS=18,76g SZH=86,18g CK=9,15g SO=4,89g TZS=4,75g		Iskola: EN=645,26kcal FH=48,11g ZS=16,63g SZH=61,18g CK=7,09g SO=4,81g TZS=2,67g		Iskola: EN=536,42kcal FH=48,00g ZS=15,48g SZH=61,21g CK=7,11g SO=3,82g TZS=1,70g		Iskola: EN=703,79kcal FH=63,13g ZS=22,80g SZH=86,62g CK=2,84g SO=0,52g TZS=1,62g		Iskola: EN=639,6kcal FH=28,02g ZS=21,26g SZH=67,92g CK=3,30g SO=1,00g TZS=2,75g	
K: Iskola: EN=1 089,58kcal FH=99,00g ZS=33,05g SZH=101,14g CK=13,88g SO=7,91g TZS=6,80g		K: Iskola: EN=1 089,40kcal FH=102,06g ZS=32,13g SZH=101,76g CK=13,93g SO=8,99g TZS=6,97g		K: Iskola: EN=1 077,42kcal FH=93,19g ZS=29,24g SZH=96,29g CK=9,74g SO=8,66g TZS=4,43g		K: Iskola: EN=1 014,36kcal FH=92,66g ZS=28,78g SZH=96,33g CK=9,15g SO=7,62g TZS=3,40g		K: Iskola: EN=831,63kcal FH=87,83g ZS=27,03g SZH=105,45g CK=3,65g SO=0,77g TZS=1,95g		K: Iskola: EN=808,83kcal FH=82,04g ZS=20,99g SZH=90,76g CK=3,79g SO=1,08g TZS=3,16g	
K: Iskola: EN=1 072,48kcal FH=94,79g ZS=35,02g SZH=98,48g CK=10,08g SO=8,38g TZS=6,79g		K: Iskola: EN=990,58kcal FH=89,98g ZS=29,83g SZH=97,69g CK=10,08g SO=8,38g TZS=6,79g		K: Iskola: EN=938,40kcal FH=89,78g ZS=34,04g SZH=97,69g CK=10,08g SO=8,38g TZS=6,79g		K: Iskola: EN=1 038,78kcal FH=93,36g ZS=30,57g SZH=97,69g CK=10,08g SO=8,38g TZS=6,79g		K: Iskola: EN=831,63kcal FH=87,83g ZS=27,03g SZH=105,45g CK=3,65g SO=0,77g TZS=1,95g		K: Iskola: EN=808,83kcal FH=82,04g ZS=20,99g SZH=90,76g CK=3,79g SO=1,08g TZS=3,16g	

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



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

**Étlap név:**  
**0300A1 Gluténmentes**

Tapanyagforrás: EN=Számitott energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO;  
TZS=Telített zsír;  
(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;  
9=Hal; 10=Rakéták; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogóanyag; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer  
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.oivi.seged.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) **Rendszér 3.0**

Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<p>Rostos almalé; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';</p>	<p>Őszibarackleves tejjel 'lisztmentes' (2)*; Zöldborsós sertésragu; Petrezselymes rizs;</p>	<p>Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;</p>
<p>Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;</p>	<p>Zöldszegletes 'lisztmentes'; Sertés sült; Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';</p>	<p>Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';</p>
<p>Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';</p>	<p>Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvacska tészta gluténmentes; Káposzta saláta;</p>	<p>Csirke pizza szelet HYZA; Bebo margarin 10g; Jégcsapretek; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;</p>
<p>Tea citromos; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';</p>	<p>Csonteres 'lisztmentes'; Hentes sertésragu 'lisztmentes' (11)*; Tört burgonya; Alma;</p>	<p>Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;</p>
<p>Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Jégcsapretek;</p>	<p>Burgonyaleves (tejmentes); Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabfőzelék tejfőzős 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes'; Mandarin;</p>	<p>Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';</p>
<p><b>PÉNTEK</b> 2025.01.31.</p>	<p><b>SULLI-HOST</b> 724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016</p>	<p><b>SULLI-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.</b> 0300A1 Gluténmentes</p>
<p><b>CSÜTÖRTÖK</b> 2025.01.30.</p>	<p><b>SULLI-HOST</b> 724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016</p>	<p><b>SULLI-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.</b> 0300A1 Gluténmentes</p>
<p><b>SZERDA</b> 2025.01.29.</p>	<p><b>SULLI-HOST</b> 724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016</p>	<p><b>SULLI-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.</b> 0300A1 Gluténmentes</p>
<p><b>KEDD</b> 2025.01.28.</p>	<p><b>SULLI-HOST</b> 724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016</p>	<p><b>SULLI-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.</b> 0300A1 Gluténmentes</p>
<p><b>HÉTFŐ</b> 2025.01.27.</p>	<p><b>SULLI-HOST</b> 724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016</p>	<p><b>SULLI-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.</b> 0300A1 Gluténmentes</p>

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULLI-HOST**  
724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: marketing@sulli-host.hu

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO<sub>2</sub>; TZS=Teljesített zsír.

(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rakéták; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesítőszőr; 16=Puhítósúvek

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

Sulli-Host  
Étkeztetési  
Rendszer 3.0

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0300A1 Gluténmentes**

**Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-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
Alma rostoslé 'dobozos' Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	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	0,06g	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	0,06g	0,20g
Bácskai rizeshús 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	0,45g	0,61g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejő Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bazsalikomos csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,03g	0,30g
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, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	344,12kcal	12,17g	6,87g	57,36g	9,53g	0,83g	0,43g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,06g	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	0,06g	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	0,25g	0,82g
Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	187,54kcal	4,54g	2,39g	33,46g	0,13g	0,15g	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	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,04g	0,22g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	131,52kcal	11,07g	7,27g	4,61g	0,21g	0,01g	0,50g
Csirke pizza szelet Hyza Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza	18,00kcal	2,40g	0,58g	0,86g	0,00g	0,30g	0,16g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g

## Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g
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	0,06g	0,82g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,04g	0,22g
Csontleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,58kcal	1,03g	2,12g	8,94g	0,97g	0,05g	0,22g
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,16kcal	5,00g	4,28g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
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	0,06g	0,63g
Házi pulykahússokrémmel 'glutén, tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Pulykasonka	40,60kcal	4,85g	2,40g	0,05g	0,05g	0,08g	0,60g
Házi zoldseges sonkakrém 'tej-gluténmentes' Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet, Liga margarin, Petrezselyem zöld	32,06kcal	2,11g	2,35g	0,73g	0,05g	0,58g	0,73g
Hentes sertésragu 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,96kcal	15,31g	7,25g	3,19g	0,32g	0,50g	0,41g
Húsgombóc sült tojásment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,76kcal	9,74g	13,84g	12,28g	0,13g	0,03g	0,20g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Kakaós csiga gluténmentes Összetétel: Fagy. Kakaós csiga gluténmentes 60g	227,40kcal	2,88g	10,80g	28,20g	0,00g	0,54g	8,40g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,03g	0,01g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	250,76kcal	20,76g	8,74g	27,00g	0,21g	0,30g	0,21g
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	0,24g	0,33g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0300A1 Gluténmentes**

**Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kefir Összetétel: Kefir	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	0,01g	0,21g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	157,14kcal	12,57g	6,31g	12,64g	0,03g	1,10g	0,79g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	457,04kcal	43,99g	12,44g	42,77g	0,04g	3,81g	1,70g
Kertész leves (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,31kcal	1,26g	2,97g	7,37g	1,41g	0,06g	0,31g
KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES Összetétel: Fagy. köles buci gluténmentes 60g	148,20kcal	2,34g	4,32g	22,80g	0,00g	0,72g	0,54g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pritamin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,07kcal	6,89g	9,83g	36,06g	0,23g	0,03g	0,60g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,30g	0,30g
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,52kcal	16,84g	8,33g	0,65g	0,13g	0,15g	0,20g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,44g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebbencs leves 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	106,07kcal	2,16g	2,99g	16,55g	0,89g	0,09g	0,53g
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,42g	0,00g	5,88g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,03g	0,00g
Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Mustár, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	220,77kcal	17,14g	13,68g	6,99g	5,22g	0,23g	1,00g
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



## Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	0,31g	0,63g
Rostonhal zöldfűszeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	0,90g	1,00g
Rostos almálé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sajtos-tejfölös tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt	347,66kcal	9,58g	13,03g	47,13g	0,00g	0,44g	4,15g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,65kcal	17,05g	10,23g	1,63g	0,51g	0,30g	0,41g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,30g	0,41g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,07kcal	2,80g	4,16g	53,90g	0,00g	0,15g	0,30g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
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	0,18g	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	0,18g	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 zöldséges 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	96,82kcal	2,56g	4,93g	10,01g	2,46g	0,09g	0,53g
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

## Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-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 Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	234,50kcal	9,39g	3,15g	56,65g	17,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	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	0,08g	0,64g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,30g	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 pulykaapró 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,54kcal	17,76g	13,28g	4,47g	0,53g	0,22g	0,61g
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	0,17g	0,61g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,21kcal	13,07g	8,70g	4,21g	0,09g	0,30g	0,60g
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	0,15g	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	0,10g	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	0,19g	0,36g
Zöldbabfőzelék (tej-, lisztmentes) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,65kcal	4,45g	4,23g	20,37g	5,28g	0,02g	0,47g
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	0,07g	0,47g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,05g	0,15g

