

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna									
Tej (2)*; Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Darasmetélt; Köfte;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';									
HÉTFŐ 2026.06.29.		Ovoda: EN=311,90kcal FH=6,60g ZS=9,30g SZH=52,10g CK=26,90g SO=0,30g TZS=2,80g		Iskola: EN=333,90kcal FH=8,20g ZS=10,10g SZH=54,40g CK=29,20g SO=0,30g TZS=5,20g		Kiskola: EN=488,30kcal FH=10,10g ZS=13,60g SZH=63,00g CK=32,80g SO=0,40g TZS=5,40g		Ovoda: EN=674,20kcal FH=10,40g ZS=16,70g SZH=118,10g CK=32,60g SO=1,30g TZS=3,40g		Iskola: EN=992,00kcal FH=14,80g ZS=23,00g SZH=163,20g CK=38,70g SO=2,00g TZS=5,20g		Kiskola: EN=1026,20kcal FH=16,90g ZS=26,00g SZH=177,30g CK=38,80g SO=2,20g TZS=5,50g	
KEDD 2026.06.30.		Ovoda: EN=346,10kcal FH=8,20g ZS=13,20g SZH=35,80g CK=1,30g SO=0,60g TZS=5,50g		Iskola: EN=377,50kcal FH=10,80g ZS=15,50g SZH=39,40g CK=1,50g SO=0,70g TZS=5,00g		Kiskola: EN=541,30kcal FH=13,80g ZS=20,60g SZH=61,90g CK=2,60g SO=0,90g TZS=8,80g		Ovoda: EN=658,40kcal FH=22,30g ZS=27,60g SZH=76,20g CK=18,20g SO=0,50g TZS=1,70g		Iskola: EN=818,70kcal FH=28,70g ZS=35,10g SZH=91,80g CK=24,40g SO=0,90g TZS=2,10g		Kiskola: EN=1080,60kcal FH=33,70g ZS=43,00g SZH=133,20g CK=31,70g SO=1,20g TZS=2,80g	
Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tarhonyaleves 'lisztmentes'; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Zöldborsófőzelék tejjel 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;									
SZERDA 2026.07.01.		Ovoda: EN=299,60kcal FH=10,00g ZS=12,40g SZH=37,70g CK=10,50g SO=0,70g TZS=3,70g		Iskola: EN=321,60kcal FH=11,60g ZS=13,20g SZH=39,40g CK=12,80g SO=0,70g TZS=4,10g		Kiskola: EN=555,20kcal FH=16,90g ZS=23,20g SZH=69,40g CK=16,40g SO=1,20g TZS=6,80g		Ovoda: EN=507,70kcal FH=26,20g ZS=15,20g SZH=61,70g CK=16,40g SO=0,70g TZS=2,60g		Iskola: EN=643,50kcal FH=33,40g ZS=19,10g SZH=78,50g CK=22,30g SO=0,90g TZS=3,10g		Kiskola: EN=775,80kcal FH=41,60g ZS=23,60g SZH=92,20g CK=26,90g SO=1,20g TZS=4,10g	
Alma rostoslé 'dobozos'; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Burgonyaleves (tejmentes); Sült csirkecomb; Alma mártás 'Liszt-,tejmentes'; Pirtított kukoricadara;		Pizzás csiga 60g GLUTÉNMENTES; Alma;									
CSÜTÖRTÖK 2026.07.02.		Ovoda: EN=292,10kcal FH=4,40g ZS=9,70g SZH=35,80g CK=1,40g SO=0,50g TZS=2,20g		Iskola: EN=332,30kcal FH=4,40g ZS=13,10g SZH=36,20g CK=1,50g SO=0,90g TZS=3,40g		Kiskola: EN=484,80kcal FH=5,80g ZS=17,60g SZH=62,70g CK=2,90g SO=1,10g TZS=4,30g		Ovoda: EN=572,20kcal FH=21,80g ZS=17,40g SZH=58,20g CK=18,10g SO=0,10g TZS=1,20g		Iskola: EN=693,50kcal FH=27,20g ZS=23,60g SZH=82,30g CK=25,40g SO=0,20g TZS=1,70g		Kiskola: EN=850,70kcal FH=31,90g ZS=29,50g SZH=101,50g CK=32,80g SO=0,40g TZS=2,20g	
Kenfir (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'gluténmentes';		Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken 'lisztmentes'; Kukoricás rizs; Alma;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';									
PÉNTEK 2026.07.03.		Ovoda: EN=291,80kcal FH=9,50g ZS=13,70g SZH=32,20g CK=7,00g SO=0,40g TZS=4,50g		Iskola: EN=325,60kcal FH=11,60g ZS=16,40g SZH=32,30g CK=7,00g SO=0,40g TZS=4,70g		Kiskola: EN=484,00kcal FH=13,70g ZS=21,30g SZH=58,60g CK=8,40g SO=0,40g TZS=5,20g		Ovoda: EN=526,50kcal FH=24,90g ZS=18,40g SZH=62,90g CK=1,50g SO=0,40g TZS=1,20g		Iskola: EN=686,10kcal FH=31,90g ZS=22,20g SZH=86,60g CK=1,90g SO=0,80g TZS=1,50g		Kiskola: EN=777,30kcal FH=33,90g ZS=25,00g SZH=98,80g CK=2,30g SO=1,30g TZS=1,70g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

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

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

Étlap név: **Sull-Host Étkeztetési Rendszer 3.0**

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
HÉTFŐ 2026.07.06.	Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		Tárkonyos csirkeaguleves (gluténmentes); Pizzás csiga 60g GLUTÉNMENTES; Alma;		Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	
KEDD 2026.07.07.	Rostos almale; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		Csontleves 'lisztmentes'; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyér 'gluténmentes';		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';	
SZERDA 2026.07.08.	Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zöldsegleves 'lisztmentes'; Tarhonyás csike 'lisztmentes'; Uborkasaláta;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	
CSÜTÖRTÖK 2026.07.09.	Tej (2)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Szilvaleves 'tejmentes'; Paprikás sült hal (9)*; Rizlibizi; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;		Körte; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
PÉNTEK 2026.07.10.	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Burgonyapüré natúr;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oivi.szegedvaros.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 (+36-30-653-3081)

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;
TZS=Telített zsírf.
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Kávéfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Ken-dioxid; 14=Csillogítószer; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer

Étlap név: **0300A1 Gluténmentes**

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai

Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;

Ebéd A

Zöldborsó leves 'teji-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;

Uzsonna

Kefir (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;

HÉTFŐ
2026.07.20.

Övoda: EN=160,40kcal	Iskola: EN=202,60kcal	Kisiskola: EN=345,10kcal
FH=0,80g ZS=6,40g	FH=1,00g ZS=6,50g	FH=1,50g ZS=9,30g
SZH=32,30g CK=6,30g	SZH=35,00g CK=8,30g	SZH=63,80g CK=11,70g
SO=0,10g Tzs=1,00g	SO=0,10g Tzs=1,00g	SO=0,10g Tzs=1,30g

Övoda: EN=453,40kcal	Iskola: EN=629,70kcal	Kisiskola: EN=774,80kcal
FH=15,80g ZS=6,20g	FH=22,10g ZS=13,80g	FH=29,00g ZS=16,20g
SZH=77,20g CK=12,50g	SZH=101,70g CK=16,30g	SZH=124,80g CK=20,60g
SO=0,90g Tzs=2,50g	SO=1,40g Tzs=4,00g	SO=1,70g Tzs=5,10g

Övoda: EN=238,20kcal	Iskola: EN=238,20kcal	Kisiskola: EN=386,40kcal
FH=7,10g ZS=5,60g	FH=7,10g ZS=5,60g	FH=9,50g ZS=13,80g
SZH=28,50g CK=5,70g	SZH=28,50g CK=5,70g	SZH=51,30g CK=8,60g
SO=0,90g Tzs=3,90g	SO=0,90g Tzs=3,90g	SO=1,60g Tzs=4,50g

Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';

Csontleves; Rakott zöldbab tejfölös (2)*; Körte;

Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;

KEDD
2026.07.21.

Övoda: EN=314,40kcal	Iskola: EN=336,40kcal	Kisiskola: EN=553,30kcal
FH=6,60g ZS=9,30g	FH=6,20g ZS=10,10g	FH=10,10g ZS=13,80g
SZH=50,60g CK=23,70g	SZH=52,90g CK=26,00g	SZH=96,50g CK=42,90g
SO=0,30g Tzs=2,80g	SO=0,30g Tzs=3,20g	SO=0,40g Tzs=4,00g

Övoda: EN=494,60kcal	Iskola: EN=665,20kcal	Kisiskola: EN=791,80kcal
FH=17,00g ZS=22,70g	FH=22,80g ZS=31,20g	FH=27,90g ZS=39,60g
SZH=81,40g CK=5,30g	SZH=65,70g CK=6,80g	SZH=75,00g CK=7,90g
SO=0,10g Tzs=0,90g	SO=0,20g Tzs=1,20g	SO=0,30g Tzs=1,50g

Övoda: EN=199,50kcal	Iskola: EN=233,90kcal	Kisiskola: EN=383,50kcal
FH=5,30g ZS=7,70g	FH=10,10g ZS=9,10g	FH=12,90g ZS=12,70g
SZH=26,90g CK=1,30g	SZH=27,20g CK=1,30g	SZH=53,70g CK=2,60g
SO=0,70g Tzs=1,00g	SO=1,30g Tzs=1,00g	SO=1,50g Tzs=1,30g

Rostos almale; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;

Karatábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyatözelék 'Liszt-, tejlmentes'; Kenyér 'gluténmentes';

Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';

SZERDA
2026.07.22.

Övoda: EN=257,90kcal	Iskola: EN=261,90kcal	Kisiskola: EN=396,30kcal
FH=0,80g ZS=6,40g	FH=1,00g ZS=6,50g	FH=1,50g ZS=9,30g
SZH=36,30g CK=1,30g	SZH=36,90g CK=1,30g	SZH=63,50g CK=2,60g
SO=0,10g Tzs=1,00g	SO=0,10g Tzs=1,00g	SO=0,10g Tzs=1,30g

Övoda: EN=524,20kcal	Iskola: EN=633,10kcal	Kisiskola: EN=820,20kcal
FH=23,10g ZS=16,60g	FH=28,70g ZS=21,60g	FH=32,00g ZS=27,60g
SZH=65,90g CK=4,80g	SZH=75,20g CK=6,60g	SZH=104,20g CK=7,30g
SO=0,40g Tzs=1,00g	SO=1,00g Tzs=1,40g	SO=1,10g Tzs=1,90g

Övoda: EN=234,70kcal	Iskola: EN=281,90kcal	Kisiskola: EN=414,30kcal
FH=3,10g ZS=13,00g	FH=4,90g ZS=17,40g	FH=5,30g ZS=20,20g
SZH=26,60g CK=1,30g	SZH=26,60g CK=1,30g	SZH=52,90g CK=2,60g
SO=0,60g Tzs=3,80g	SO=0,90g Tzs=5,60g	SO=0,90g Tzs=5,90g

Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;

Lebbencs leves 'lisztmentes'; Kapros káposzta 'Liszt-, tejlmentes'; Kenyér 'gluténmentes';

Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';

CSÜTÖRTÖK
2026.07.23.

Övoda: EN=255,50kcal	Iskola: EN=279,90kcal	Kisiskola: EN=435,50kcal
FH=6,90g ZS=9,30g	FH=8,70g ZS=10,10g	FH=10,70g ZS=13,70g
SZH=36,10g CK=10,50g	SZH=38,70g CK=12,80g	SZH=67,50g CK=16,40g
SO=0,30g Tzs=2,80g	SO=0,30g Tzs=3,20g	SO=0,40g Tzs=4,00g

Övoda: EN=493,30kcal	Iskola: EN=591,30kcal	Kisiskola: EN=784,20kcal
FH=23,10g ZS=14,60g	FH=28,60g ZS=18,70g	FH=32,00g ZS=24,60g
SZH=65,20g CK=2,20g	SZH=74,50g CK=2,40g	SZH=105,30g CK=3,60g
SO=0,40g Tzs=1,00g	SO=0,50g Tzs=1,40g	SO=0,90g Tzs=2,00g

Övoda: EN=177,90kcal	Iskola: EN=191,90kcal	Kisiskola: EN=331,30kcal
FH=2,50g ZS=6,80g	FH=4,50g ZS=7,00g	FH=6,00g ZS=10,00g
SZH=27,10g CK=1,30g	SZH=27,70g CK=1,30g	SZH=54,40g CK=2,60g
SO=0,60g Tzs=1,10g	SO=1,10g Tzs=1,30g	SO=1,30g Tzs=1,60g

Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';

Zöldszegletes 'lisztmentes'; Mézes mustáros csirkefile 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Alma;

Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';

PÉNTEK
2026.07.24.

Övoda: EN=346,10kcal	Iskola: EN=377,50kcal	Kisiskola: EN=541,30kcal
FH=8,20g ZS=13,20g	FH=10,80g ZS=15,50g	FH=13,80g ZS=20,60g
SZH=35,60g CK=1,30g	SZH=35,60g CK=1,30g	SZH=61,90g CK=2,60g
SO=0,60g Tzs=5,50g	SO=0,70g Tzs=7,00g	SO=0,90g Tzs=8,80g

Övoda: EN=603,60kcal	Iskola: EN=770,50kcal	Kisiskola: EN=899,80kcal
FH=23,20g ZS=24,20g	FH=29,30g ZS=30,00g	FH=33,20g ZS=34,00g
SZH=71,70g CK=7,20g	SZH=83,40g CK=8,60g	SZH=112,50g CK=9,90g
SO=0,50g Tzs=2,10g	SO=0,80g Tzs=2,60g	SO=0,90g Tzs=2,90g

Övoda: EN=232,60kcal	Iskola: EN=232,60kcal	Kisiskola: EN=465,20kcal
FH=3,00g ZS=11,90g	FH=3,00g ZS=11,90g	FH=6,00g ZS=23,80g
SZH=28,20g CK=1,40g	SZH=28,20g CK=1,40g	SZH=56,20g CK=2,70g
SO=0,50g Tzs=1,50g	SO=0,50g Tzs=1,50g	SO=0,90g Tzs=3,10g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

0300A1 Gluténmentes

Étlap név:

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂

Tzs=Telített zsír;

*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;

9=Hal; 10=Ráktelék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogítószer; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer

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

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2026.07.27.		KEDD 2026.07.28.		SZERDA 2026.07.29.		CSÜTÖRTÖK 2026.07.30.		PÉNTEK 2026.07.31.	
Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai	
Tej (2)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tej (2)*; Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tej (2)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Tea csipkebogyó; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	
Meggyleves 'liszt-, tejmentes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;		Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;		Zöldségleves 'lisztmentes'; Sült csirkecomb; Zöldborsófélék 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';		Paradicsom leves 'lisztmentes' (5)*; Brassói aprópecsenye; Forगतott burgonya; Alma;		Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Tökfélék tejfölös 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes'; Körte;	
Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;		Bebo margarin 10g; Zöldpaprika; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Körte;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
Övoda: EN=292,10kcal FH=6,00g ZS=12,70g SZH=36,00g CK=10,60g SO=0,60g TZS=4,40g		Övoda: EN=289,90kcal FH=9,00g ZS=9,90g SZH=36,50g CK=10,50g SO=0,60g TZS=3,00g		Övoda: EN=322,70kcal FH=9,30g ZS=16,10g SZH=35,80g CK=10,50g SO=0,80g TZS=5,50g		Övoda: EN=181,00kcal FH=3,30g ZS=4,20g SZH=32,20g CK=6,30g SO=0,10g TZS=0,30g		Övoda: EN=259,90kcal FH=5,60g ZS=11,60g SZH=33,00g CK=7,00g SO=0,30g TZS=4,40g	
Iskola: EN=954,30kcal FH=12,20g ZS=16,90g SZH=38,70g CK=13,00g SO=1,10g TZS=5,60g		Iskola: EN=309,90kcal FH=13,00g ZS=11,30g SZH=39,60g CK=12,80g SO=0,90g TZS=3,50g		Iskola: EN=391,90kcal FH=12,70g ZS=17,20g SZH=38,10g CK=12,80g SO=1,10g TZS=7,60g		Iskola: EN=210,00kcal FH=5,50g ZS=5,20g SZH=35,00g CK=8,40g SO=0,10g TZS=0,30g		Iskola: EN=263,90kcal FH=5,80g ZS=11,70g SZH=33,60g CK=7,00g SO=0,30g TZS=4,40g	
K. Iskola: EN=528,80kcal FH=15,10g ZS=22,10g SZH=67,50g CK=16,70g SO=1,40g TZS=7,70g		K. Iskola: EN=473,30kcal FH=16,10g ZS=15,00g SZH=68,70g CK=16,40g SO=1,20g TZS=4,40g		K. Iskola: EN=546,30kcal FH=14,60g ZS=24,70g SZH=66,70g CK=16,40g SO=1,20g TZS=8,60g		K. Iskola: EN=358,30kcal FH=6,70g ZS=8,30g SZH=63,60g CK=11,80g SO=0,20g TZS=0,60g		K. Iskola: EN=398,30kcal FH=6,30g ZS=14,50g SZH=60,20g CK=8,30g SO=0,30g TZS=4,70g	
Övoda: EN=406,30kcal FH=15,40g ZS=10,20g SZH=61,40g CK=16,80g SO=1,30g TZS=0,60g		Övoda: EN=541,20kcal FH=21,90g ZS=20,80g SZH=64,80g CK=2,10g SO=0,40g TZS=1,20g		Övoda: EN=541,10kcal FH=25,90g ZS=16,80g SZH=63,80g CK=17,00g SO=0,40g TZS=1,30g		Övoda: EN=510,10kcal FH=24,20g ZS=13,00g SZH=68,80g CK=12,80g SO=0,50g TZS=0,60g		Övoda: EN=643,90kcal FH=16,50g ZS=28,60g SZH=75,90g CK=10,70g SO=0,40g TZS=1,50g	
Iskola: EN=519,00kcal FH=18,60g ZS=19,10g SZH=79,50g CK=25,60g SO=1,80g TZS=0,80g		Iskola: EN=709,70kcal FH=28,20g ZS=27,20g SZH=85,30g CK=3,50g SO=0,70g TZS=1,60g		Iskola: EN=648,90kcal FH=31,30g ZS=20,80g SZH=74,70g CK=22,90g SO=0,70g TZS=1,60g		Iskola: EN=662,30kcal FH=30,30g ZS=17,70g SZH=89,50g CK=18,40g SO=0,80g TZS=0,90g		Iskola: EN=828,40kcal FH=21,80g ZS=38,10g SZH=93,90g CK=13,80g SO=0,80g TZS=2,00g	
K. Iskola: EN=821,00kcal FH=21,80g ZS=15,80g SZH=93,20g CK=32,30g SO=2,20g TZS=1,00g		K. Iskola: EN=652,90kcal FH=31,90g ZS=32,80g SZH=104,30g CK=4,30g SO=0,80g TZS=2,00g		K. Iskola: EN=892,30kcal FH=37,20g ZS=28,10g SZH=111,40g CK=32,00g SO=0,80g TZS=2,20g		K. Iskola: EN=771,80kcal FH=34,40g ZS=20,00g SZH=105,70g CK=22,40g SO=0,80g TZS=1,20g		K. Iskola: EN=1.047,00kcal FH=25,20g ZS=46,10g SZH=126,10g CK=17,90g SO=1,10g TZS=2,60g	
Övoda: EN=232,60kcal FH=3,00g ZS=11,90g SZH=28,20g CK=1,40g SO=0,50g TZS=1,50g		Övoda: EN=198,00kcal FH=8,00g ZS=6,30g SZH=34,10g CK=1,30g SO=0,10g TZS=1,00g		Övoda: EN=185,70kcal FH=2,70g ZS=7,90g SZH=23,70g CK=0,00g SO=0,70g TZS=1,20g		Övoda: EN=221,10kcal FH=0,80g ZS=6,30g SZH=39,60g CK=1,30g SO=0,10g TZS=1,00g		Övoda: EN=226,40kcal FH=0,40g ZS=6,30g SZH=41,40g CK=14,50g SO=0,10g TZS=1,00g	
Iskola: EN=232,60kcal FH=3,00g ZS=11,90g SZH=28,20g CK=1,40g SO=0,50g TZS=1,50g		Iskola: EN=210,40kcal FH=1,00g ZS=6,30g SZH=36,90g CK=1,30g SO=0,10g TZS=1,00g		Iskola: EN=189,70kcal FH=2,90g ZS=8,00g SZH=24,30g CK=0,00g SO=0,70g TZS=1,20g		Iskola: EN=241,90kcal FH=1,00g ZS=6,30g SZH=44,40g CK=1,30g SO=0,10g TZS=1,00g		Iskola: EN=226,40kcal FH=0,40g ZS=6,30g SZH=41,40g CK=14,50g SO=0,10g TZS=1,00g	
K. Iskola: EN=465,20kcal FH=6,00g ZS=23,80g SZH=56,20g CK=2,70g SO=0,90g TZS=3,10g		K. Iskola: EN=342,80kcal FH=1,40g ZS=9,10g SZH=63,20g CK=2,60g SO=0,10g TZS=1,30g		K. Iskola: EN=339,90kcal FH=5,40g ZS=12,30g SZH=47,40g CK=0,00g SO=1,40g TZS=1,80g		K. Iskola: EN=374,30kcal FH=1,40g ZS=9,10g SZH=70,70g CK=2,60g SO=0,10g TZS=1,30g		K. Iskola: EN=421,30kcal FH=0,80g ZS=9,10g SZH=82,70g CK=29,10g SO=0,10g TZS=1,30g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyér-Égyházi 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=SÓ; TZS=Telített zsírf.

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

Dietetikusok: 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. dietetikusról kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2026.07.01.-től 2026.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma	34,10kcal	0,40g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma mártás 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	128,60kcal	1,20g	2,10g	25,10g	17,10g	0,00g	0,20g
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%'	120,60kcal	1,70g	0,60g	26,10g	21,30g	0,10g	0,30g
Almás sajtos csirkecomb Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin kocka, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Trappista sajt	242,50kcal	20,20g	11,40g	13,60g	4,40g	0,40g	1,90g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' 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
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	312,90kcal	13,80g	10,00g	40,70g	0,30g	0,40g	0,60g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,10g	0,40g	1,20g
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	344,10kcal	12,20g	6,90g	57,40g	9,50g	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
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,90kcal	3,50g	0,50g	11,50g	1,70g	0,20g	0,00g
Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	187,50kcal	4,50g	2,40g	33,50g	0,10g	0,10g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kóménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,60g	2,20g	18,60g	1,00g	0,00g	0,20g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,00g	0,00g
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
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,40g	6,60g	1,50g	0,00g	0,40g	1,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2026.07.01.-től 2026.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,60g	11,00g	2,50g	0,00g	0,60g	2,80g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,40kcal	1,00g	2,10g	9,20g	1,10g	0,00g	0,20g
Csontleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,60kcal	1,00g	2,10g	8,90g	1,00g	0,00g	0,20g
Dzsem 'mini' 'dupla' Összetétel: Sárgabarack dzsem	125,00kcal	0,00g	0,00g	30,00g	26,50g	0,00g	0,00g
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,20kcal	5,00g	4,30g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,00g	0,10g	1,30g	5,00g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,00kcal	2,40g	2,20g	10,20g	0,30g	0,10g	0,20g
Gomba leves 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	77,90kcal	2,70g	2,20g	11,40g	1,00g	0,10g	0,20g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Órölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,90kcal	13,20g	8,60g	0,80g	0,30g	0,30g	0,40g
Gulyás leves sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Köménymag, Órölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,60kcal	10,40g	9,10g	15,00g	1,00g	0,10g	0,60g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,40kcal	4,30g	5,70g	0,10g	0,00g	0,10g	0,80g
Házi pulykahúsoskrém 'glutén, tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Pulykasonka	40,60kcal	4,80g	2,40g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,60kcal	1,30g	0,20g	12,70g	8,00g	0,00g	0,00g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Órölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	275,40kcal	20,70g	8,80g	27,10g	0,20g	0,30g	0,20g
Karalábé leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	76,40kcal	1,60g	3,10g	10,20g	3,50g	0,20g	0,30g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,20g	5,70g	5,70g	0,20g	3,40g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2026.07.01.-től 2026.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	113,00kcal	3,10g	2,20g	19,60g	0,20g	0,00g	0,20g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	111,80kcal	0,20g	2,80g	21,50g	1,10g	0,00g	0,30g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	132,40kcal	0,40g	2,80g	26,40g	1,30g	0,10g	0,30g
Kertész leves (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,30kcal	1,30g	3,00g	7,40g	1,40g	0,10g	0,30g
KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES Összetétel: Fagy. köles buci gluténmentes 60g	148,20kcal	2,30g	4,30g	22,80g	0,00g	0,70g	0,50g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,80kcal	17,00g	10,10g	0,70g	0,10g	0,30g	0,30g
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,50kcal	16,80g	8,30g	0,70g	0,10g	0,10g	0,20g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,10kcal	2,90g	1,40g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,40g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	222,10kcal	4,50g	5,90g	37,10g	0,80g	0,00g	0,60g
Lebbencs leves '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	106,10kcal	2,20g	3,00g	16,60g	0,90g	0,10g	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 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,00kcal	1,20g	0,10g	19,30g	15,40g	0,00g	0,00g
Meggy mártás 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	158,50kcal	1,70g	3,90g	28,60g	20,70g	0,20g	0,40g
Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Mustár, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	220,80kcal	17,10g	13,70g	7,00g	5,20g	0,20g	1,00g
Milánói makaróni 'lisztmentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,70kcal	14,80g	18,50g	56,00g	9,00g	0,20g	0,30g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,20g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,50g	16,40g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2026.07.01.-től 2026.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,70g	0,00g	9,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,50kcal	17,20g	12,10g	5,10g	0,20g	0,30g	0,60g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,60g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt 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', Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,50kcal	9,50g	4,20g	6,50g	0,00g	0,90g	0,40g
Paradicsom leves 'lisztmentes' Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	103,90kcal	1,90g	0,40g	23,10g	12,50g	0,10g	0,00g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,70g	9,20g	1,90g	0,10g	0,40g	1,20g
Paradicsomos káposzta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	135,60kcal	3,90g	2,40g	24,60g	11,00g	0,10g	0,20g
Parajfőzelék tejjel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	157,10kcal	6,40g	5,60g	20,30g	7,60g	0,40g	1,30g
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', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	278,80kcal	3,80g	7,80g	47,90g	0,10g	0,10g	0,80g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,50kcal	2,50g	3,50g	31,90g	0,00g	0,10g	0,40g
Párolt zöldségek inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,70kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,10g	0,00g
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,60kcal	2,30g	1,40g	0,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Pirított kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,70kcal	2,00g	6,10g	14,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Pizzás csiga 60g GLUTÉNMENTES Összetétel: Fagy. Pizzás csiga 60 g GLUTÉNMENTES	147,60kcal	1,80g	6,80g	18,00g	0,50g	0,60g	5,40g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Rakott brokkoli kölessel sajtos Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Trappista sajt, Vöröshagyma	369,70kcal	23,90g	14,80g	30,90g	3,90g	0,60g	2,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2026.07.01.-től 2026.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rakott zöldbab tejfölös Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	377,00kcal	15,60g	20,60g	29,00g	4,20g	0,10g	0,70g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Órölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	223,20kcal	4,80g	6,00g	36,80g	2,10g	0,30g	0,60g
Rostos almálé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sajtszórát Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,40g	0,10g	0,00g	0,20g	2,20g
Sertés flekken 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Órölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,30kcal	17,60g	10,30g	7,90g	0,40g	0,30g	0,40g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,60kcal	17,10g	10,20g	1,60g	0,50g	0,30g	0,40g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Órölt 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
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,10kcal	2,80g	4,20g	53,90g	0,00g	0,10g	0,30g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,60kcal	16,00g	7,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,20g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,00kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,10g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,40kcal	0,70g	0,10g	21,50g	17,20g	0,00g	0,00g
Tarhonyaleves 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,70kcal	1,90g	3,20g	15,40g	1,00g	0,20g	0,30g
Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,90g	3,20g	15,20g	0,90g	0,20g	0,30g
Tarhonyás csirke 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Órölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	363,10kcal	19,60g	10,80g	45,00g	0,50g	0,10g	0,60g
Tárkonyos csirkeraguleves (gluténmentes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	118,60kcal	11,30g	4,60g	7,30g	1,00g	0,30g	0,20g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,70g	6,70g	0,20g	0,00g	0,50g	2,80g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,70kcal	0,00g	0,00g	5,10g	5,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2026.07.01.-től 2026.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,50kcal	0,00g	0,00g	5,00g	5,00g	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: Kristálycukor, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	296,20kcal	9,30g	3,40g	56,90g	17,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,30g	1,40g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,10g	0,30g	0,70g	0,00g	0,50g	0,10g
Tökfőzelék tejfölös 'lisztmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	153,20kcal	2,80g	5,90g	21,20g	8,40g	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: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	24,10kcal	0,60g	0,10g	5,00g	4,00g	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	212,50kcal	17,80g	13,30g	4,50g	0,50g	0,20g	0,60g
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	211,80kcal	17,80g	13,60g	3,50g	0,70g	0,20g	0,60g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,20kcal	13,10g	8,70g	4,20g	0,10g	0,30g	0,60g
Vagdalt pogácsa burgonyás Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,50kcal	11,20g	16,70g	4,80g	0,30g	0,10g	0,30g
Vagdalt sertés(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,50kcal	11,20g	16,70g	4,80g	0,30g	0,10g	0,30g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,00g	0,30g	1,10g
Zöldbabfőzelék (tej-, lisztmentes) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,70kcal	4,40g	4,20g	20,40g	5,30g	0,00g	0,50g
Zöldborsó leves 'lisztmentes' Összetétel: Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	66,50kcal	3,20g	0,40g	12,00g	2,90g	0,10g	0,00g

