

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
HÉTFŐ 2024.05.27.		Keddi		Péntek	
Óvoda: EN=158,38kcal FH=3,32g ZS=3,91g SZH=26,74g CK=5,11g SÓ=0,56g TZS=0,86g	Iskola: EN=195,72kcal FH=4,30g ZS=4,05g SZH=34,56g CK=1,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Kisiskola: EN=256,04kcal FH=5,90g ZS=4,24g SZH=47,27g CK=30,95g SÓ=0,99g TZS=1,05g	Óvoda: EN=453,39kcal FH=15,80g ZS=8,18g SZH=77,14g CK=12,50g SÓ=0,89g TZS=0,58g	Iskola: EN=629,65kcal FH=22,07g ZS=13,77g SZH=101,73g CK=16,24g SÓ=1,31g TZS=1,05g	Kisiskola: EN=774,57kcal FH=29,08g ZS=16,17g SZH=124,82g CK=20,61g SÓ=1,72g TZS=1,18g
Rizstej; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;		Csontleves; Rakott zöldbab tejmentes; Alma;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborrika;	
KEDD 2024.05.28.		Szerda		Péntek	
Óvoda: EN=373,00kcal FH=5,85g ZS=7,35g SZH=68,45g CK=17,70g SÓ=0,55g TZS=1,05g	Iskola: EN=403,00kcal FH=6,39g ZS=8,05g SZH=75,45g CK=17,70g SÓ=0,60g TZS=1,05g	Kisiskola: EN=495,50kcal FH=8,59g ZS=8,55g SZH=96,45g CK=30,95g SÓ=0,65g TZS=1,05g	Óvoda: EN=471,32kcal FH=17,33g ZS=22,01g SZH=147,89g CK=5,31g SÓ=0,13g TZS=0,92g	Iskola: EN=622,21kcal FH=23,03g ZS=30,09g SZH=189,18g CK=6,74g SÓ=0,22g TZS=1,25g	Kisiskola: EN=792,21kcal FH=30,69g ZS=38,59g SZH=244,63g CK=10,11g SÓ=0,31g TZS=1,62g
Rostos almale; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Karalábé leves; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
SZERDA 2024.05.29.		Csütörtök		Péntek	
Óvoda: EN=268,50kcal FH=4,71g ZS=3,99g SZH=39,40g CK=0,18g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Iskola: EN=272,50kcal FH=4,98g ZS=4,03g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Kisiskola: EN=274,50kcal FH=5,07g ZS=4,08g SZH=40,30g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Óvoda: EN=535,02kcal FH=26,86g ZS=12,05g SZH=136,33g CK=1,18g SÓ=1,09g TZS=0,90g	Iskola: EN=573,83kcal FH=32,11g ZS=16,13g SZH=178,89g CK=1,33g SÓ=1,56g TZS=1,30g	Kisiskola: EN=799,18kcal FH=37,76g ZS=20,03g SZH=209,05g CK=5,24g SÓ=2,14g TZS=1,32g
Rizstej; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Uborrika;		Lebencs leves; Káposzta káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
CSÜTÖRTÖK 2024.05.30.		Péntek		Péntek	
Óvoda: EN=337,60kcal FH=6,30g ZS=5,83g SZH=51,81g CK=0,10g SÓ=0,85g TZS=0,90g	Iskola: EN=370,00kcal FH=7,00g ZS=6,45g SZH=58,15g CK=0,10g SÓ=0,90g TZS=0,90g	Kisiskola: EN=401,20kcal FH=7,60g ZS=6,96g SZH=64,32g CK=0,10g SÓ=0,95g TZS=0,90g	Óvoda: EN=456,93kcal FH=25,86g ZS=12,05g SZH=164,33g CK=1,18g SÓ=1,09g TZS=0,90g	Iskola: EN=573,83kcal FH=32,11g ZS=16,13g SZH=178,89g CK=1,33g SÓ=1,56g TZS=1,30g	Kisiskola: EN=698,91kcal FH=36,50g ZS=19,46g SZH=209,05g CK=5,24g SÓ=2,02g TZS=1,74g
Rostos almale; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Alma;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
PÉNTEK 2024.05.31.		Szombat		Péntek	
Óvoda: EN=251,90kcal FH=7,56g ZS=5,22g SZH=29,80g CK=0,08g SÓ=1,14g TZS=0,86g	Iskola: EN=309,00kcal FH=12,90g ZS=6,70g SZH=35,00g CK=0,10g SÓ=1,68g TZS=0,90g	Kisiskola: EN=375,20kcal FH=16,69g ZS=7,56g SZH=45,40g CK=0,14g SÓ=2,43g TZS=0,98g	Óvoda: EN=528,22kcal FH=23,26g ZS=12,83g SZH=171,14g CK=1,25g SÓ=0,39g TZS=2,08g	Iskola: EN=673,29kcal FH=29,49g ZS=29,69g SZH=233,38g CK=8,70g SÓ=0,54g TZS=2,59g	Kisiskola: EN=780,04kcal FH=33,49g ZS=33,65g SZH=271,12g CK=10,15g SÓ=0,65g TZS=2,95g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0200A1 Tej-, Tejermeékmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír.
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; Kft. www.sull-host.hu honlapján megtalálható. Szébbé tetteiket telefonon a 9=Haj; 10=Ráktérítők; 11=Mustár; 12=Szezám; 13-Kán-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer; SULL-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081) Rendszert 3.0

Tízórai

Ebéd A

Uzsonna

Rizstejt; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;

Meggyleves 'Liszt-, tejmentes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;

Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;

HÉTFŐ

2024.06.03.

Rostos almale; Főtt vrsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;

Kertész leves (diéta); Vadas sertésszellet 'tejmentes' (5, 11)*; Spagetti;

Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;

KEDD

2024.06.04.

Tea csipkebogyó; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;

Zöldsegleves 'lisztmentes'; Sült csirkecomb; Zöldborsófőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;

Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;

SZERDA

2024.06.05.

Rizstejt; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;

Paradicsom leves (5)*; Brassói aprópecsenye; Forgotott burgonya; Narancs;

Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;

CSÜTÖRTÖK

2024.06.06.

Tea csipkebogyó; Házi pulkakahúskrém; Kifli (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;

Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Tökrözlelek 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;

Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;

PÉNTEK

2024.06.07.

Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk

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

Étlap név:
0200A1 Tej, Tejerlekmekmentes



SULI - HOST
E-mail: mail@suli-host.hu

Tabanyagtaralom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ.
TZS=Teljes zsír.
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktétél; 11=Mustár; 12=Szézám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer.
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.ovi-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkezési
Rendszer 3.0

HÉTFŐ		KEDD		SZERDA		CSÜTÖRTÖK		PÉNTEK			
2024.06.10.		2024.06.11.		2024.06.12.		2024.06.13.		2024.06.14.			
<p>Rizstej; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;</p>		<p>Rostos almale; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;</p>		<p>Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>		<p>Tea citromos; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>		<p>Rizstej; Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>			
<p>Gulyás leves sertéshússal; Mákos metélt (6, 8, 12, 13)*; Alma;</p>		<p>Karalábé leves; Húsgombóc sült tojásment.; Paradicsom mártás (5)*; Főtt burgonya;</p>		<p>Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldfűszeres (9)*; Riz-bizi;</p>		<p>Almaleves 'tejmentes'; Bazsalikomos csirkeraгу; Köles párolt zöldséggel (5)*;</p>		<p>Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;</p>			
<p>Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</p>		<p>Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;</p>		<p>Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;</p>		<p>Taurus zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;</p>		<p>Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;</p>			
<p>Óvoda: EN=310,50kcal FH=5,65g ZS=7,55g SZH=54,45g CK=4,45g SÓ=0,55g Tzs=1,05g</p>	<p>Iskola: EN=340,50kcal FH=6,35g ZS=8,05g SZH=60,45g CK=4,45g SÓ=0,60g Tzs=1,05g</p>	<p>Kisiskola: EN=370,50kcal FH=6,85g ZS=8,55g SZH=66,45g CK=4,45g SÓ=0,65g Tzs=1,05g</p>	<p>Óvoda: EN=310,50kcal FH=5,65g ZS=7,55g SZH=54,45g CK=4,45g SÓ=0,55g Tzs=1,05g</p>	<p>Iskola: EN=340,50kcal FH=6,35g ZS=8,05g SZH=60,45g CK=4,45g SÓ=0,60g Tzs=1,05g</p>	<p>Kisiskola: EN=370,50kcal FH=6,85g ZS=8,55g SZH=66,45g CK=4,45g SÓ=0,65g Tzs=1,05g</p>	<p>Óvoda: EN=310,50kcal FH=5,65g ZS=7,55g SZH=54,45g CK=4,45g SÓ=0,55g Tzs=1,05g</p>	<p>Iskola: EN=340,50kcal FH=6,35g ZS=8,05g SZH=60,45g CK=4,45g SÓ=0,60g Tzs=1,05g</p>	<p>Kisiskola: EN=370,50kcal FH=6,85g ZS=8,55g SZH=66,45g CK=4,45g SÓ=0,65g Tzs=1,05g</p>	<p>Óvoda: EN=310,50kcal FH=5,65g ZS=7,55g SZH=54,45g CK=4,45g SÓ=0,55g Tzs=1,05g</p>	<p>Iskola: EN=340,50kcal FH=6,35g ZS=8,05g SZH=60,45g CK=4,45g SÓ=0,60g Tzs=1,05g</p>	<p>Kisiskola: EN=370,50kcal FH=6,85g ZS=8,55g SZH=66,45g CK=4,45g SÓ=0,65g Tzs=1,05g</p>

Tízórai

Ebéd A

Uzsonna



SULLI - HOST VEMDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kanyargóvári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@sulli-host.hu

Étlap név: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;
TZS=Telített zsír;
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oivi.segedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.sulli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikustól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081) Rendszer 3.0

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

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Rostos almale; Hazi zoldseges serteshuskrem 'tejmentes'; Kenyer 'Adalekmentes' (1)*;		Oszibarack leves 'Liszt-, tejmentes'; Zoldborsos sertesragu; Petrezselymes rizs;		Bebó margarin 10g; Zsemle (adalekmentes) (1)*; Alma;	
Tea citromos; Csirkemajkrém 30g; Kenyer 'Adalekmentes' (1)*; Uborka;		Zoldsegleves 'tej-, cukormentes'; Sertes sult; Burgonyafozolek 'tejmentes'; Kenyer 'Adalekmentes' (1)*;		Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalekmentes' (1)*;	
Rizstej; Bebo margarin 10g; Molnarika (allergementes) (1)*;		Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkeporkolt; Szarvacskas teszta glutenment.; Kaposzta salata;		Csike pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalekmentes' (1)*; Zoldpaprika;	
Tea citromos; Toast sonkas felvagott (dieta); Bebó margarin 10g; Kenyer 'Adalekmentes' (1)*;		Csontleves; Hentes sertesragu 'lisztmentes' (1)*; Tort burgonya; Oszibarack;		Zoldfuszeres harcapastetom (9)*; Kenyer 'Adalekmentes' (1)*; Uborka;	
Ovoda: EN=310,50kcal FH=5,88g ZS=7,55g SZH=54,45g CK=4,45g SO=0,55g Tzs=1,00g		Ovoda: EN=590,52kcal FH=23,40g ZS=22,53g SZH=71,18g CK=11,15g SO=0,33g Tzs=1,87g		Ovoda: EN=155,90kcal FH=5,17g ZS=4,49g SZH=22,58g CK=0,08g SO=0,88g Tzs=1,02g	
Iskola: EN=340,50kcal FH=6,35g ZS=8,05g SZH=40,45g CK=4,45g SO=0,60g Tzs=1,05g		Iskola: EN=787,34kcal FH=29,52g ZS=29,62g SZH=97,74g CK=18,99g SO=0,70g Tzs=2,48g		Iskola: EN=203,00kcal FH=9,10g ZS=5,21g SZH=29,22g CK=0,10g SO=1,30g Tzs=1,22g	
Kiskola: EN=370,50kcal FH=6,89g ZS=8,55g SZH=46,45g CK=4,45g SO=0,65g Tzs=1,05g		Kiskola: EN=954,83kcal FH=33,41g ZS=35,28g SZH=122,58g CK=24,27g SO=1,18g Tzs=2,98g		Kiskola: EN=264,20kcal FH=11,90g ZS=5,68g SZH=40,35g CK=0,14g SO=1,73g Tzs=1,38g	
Ovoda: EN=168,62kcal FH=9,02g ZS=4,17g SZH=26,63g CK=0,13g SO=1,06g Tzs=0,99g		Ovoda: EN=487,14kcal FH=22,15g ZS=15,49g SZH=59,25g CK=1,50g SO=0,84g Tzs=1,23g		Ovoda: EN=204,20kcal FH=5,87g ZS=4,47g SZH=23,08g CK=0,14g SO=0,98g Tzs=1,38g	
Iskola: EN=214,08kcal FH=7,82g ZS=4,58g SZH=24,44g CK=0,17g SO=1,70g Tzs=1,17g		Iskola: EN=661,53kcal FH=30,88g ZS=22,51g SZH=76,68g CK=2,15g SO=1,43g Tzs=1,95g		Iskola: EN=231,70kcal FH=6,81g ZS=9,57g SZH=28,82g CK=0,16g SO=1,05g Tzs=1,43g	
Kiskola: EN=279,28kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,17g CK=0,21g SO=2,23g Tzs=1,31g		Kiskola: EN=779,72kcal FH=37,02g ZS=26,11g SZH=90,63g CK=2,72g SO=1,90g Tzs=2,15g		Kiskola: EN=383,30kcal FH=11,00g ZS=18,88g SZH=40,96g CK=0,26g SO=1,76g Tzs=2,74g	
Ovoda: EN=300,50kcal FH=6,71g ZS=5,99g SZH=34,40g CK=0,15g SO=0,90g Tzs=0,90g		Ovoda: EN=469,79kcal FH=20,80g ZS=14,00g SZH=61,10g CK=6,55g SO=0,64g Tzs=1,35g		Ovoda: EN=194,40kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=35,80g CK=1,33g SO=0,58g Tzs=0,88g	
Iskola: EN=324,50kcal FH=7,45g ZS=6,55g SZH=31,00g CK=0,15g SO=0,95g Tzs=0,90g		Iskola: EN=618,23kcal FH=28,26g ZS=18,20g SZH=79,88g CK=9,05g SO=0,79g Tzs=1,73g		Iskola: EN=219,50kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=41,00g CK=1,35g SO=0,70g Tzs=0,90g	
Kiskola: EN=366,50kcal FH=8,07g ZS=7,08g SZH=37,30g CK=0,15g SO=1,00g Tzs=0,90g		Kiskola: EN=772,95kcal FH=35,57g ZS=22,37g SZH=100,57g CK=2,10g SO=1,07g Tzs=2,12g		Kiskola: EN=332,20kcal FH=5,18g ZS=4,06g SZH=36,40g CK=26,64g SO=0,89g Tzs=0,98g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyérkert utca 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.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Étlap név:
020001 Tej-, Tejemlékmentes

Tápanyag-tartalom: EN=Szénhidrát 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=Pakfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesíószer; 16=Puhatestiek
Sull-Host Élektétési Rendszer 3.0

Tízórai

Tea csipkebogyó; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;

Ebéd A

Rizsleves; Chilis bab diéta; Adalékmentes kenyér Ebéd (1)*;

Uzsonna

Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;

HÉTFŐ

2024.06.24.

Óvoda: EN=184,38kcal
 FH=7,56g ZS=5,22g
 SZH=25,84g CK=5,11g
 SO=1,14g Tzs=0,86g

Iskola: EN=249,72kcal
 FH=12,90g ZS=6,70g
 SZH=33,06g CK=7,15g
 SO=1,86g Tzs=0,90g

Kisiskola: EN=324,04kcal
 FH=16,68g ZS=7,56g
 SZH=45,47g CK=9,20g
 SO=2,45g Tzs=1,50g

Óvoda: EN=462,42kcal
 FH=23,70g ZS=15,74g
 SZH=65,49g CK=12,61g
 SO=6,64g Tzs=0,48g

Iskola: EN=626,27kcal
 FH=32,26g ZS=24,27g
 SZH=88,03g CK=24,47g
 SO=10,88g Tzs=0,75g

Kisiskola: EN=717,49kcal
 FH=38,45g ZS=32,79g
 SZH=113,91g CK=34,18g
 SO=16,89g Tzs=1,02g

Óvoda: EN=206,60kcal
 FH=5,93g ZS=9,53g
 SZH=23,47g CK=0,14g
 SO=0,95g Tzs=1,39g

Iskola: EN=235,70kcal
 FH=6,91g ZS=9,67g
 SZH=29,27g CK=0,16g
 SO=1,09g Tzs=1,43g

Kisiskola: EN=388,10kcal
 FH=11,12g ZS=18,98g
 SZH=41,74g CK=0,26g
 SO=1,76g Tzs=2,74g

Rizstej; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;

Csonthéves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek Inyenc (5)*; Párolt rizs;

Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;

KEDD

2024.06.25.

Óvoda: EN=233,38kcal
 FH=9,55g ZS=8,03g
 SZH=45,44g CK=0,13g
 SO=0,86g Tzs=0,96g

Iskola: EN=384,88kcal
 FH=13,11g ZS=11,39g
 SZH=57,02g CK=0,15g
 SO=1,04g Tzs=1,20g

Kisiskola: EN=492,07kcal
 FH=16,90g ZS=14,12g
 SZH=73,63g CK=0,20g
 SO=1,38g Tzs=1,50g

Óvoda: EN=462,37kcal
 FH=24,56g ZS=20,31g
 SZH=85,28g CK=1,48g
 SO=0,18g Tzs=1,27g

Iskola: EN=596,51kcal
 FH=31,07g ZS=25,15g
 SZH=106,84g CK=2,07g
 SO=0,48g Tzs=1,59g

Kisiskola: EN=712,31kcal
 FH=35,48g ZS=30,32g
 SZH=126,26g CK=2,60g
 SO=0,61g Tzs=1,99g

Óvoda: EN=253,00kcal
 FH=3,85g ZS=5,59g
 SZH=14,54g CK=17,70g
 SO=0,35g Tzs=1,05g

Iskola: EN=253,00kcal
 FH=3,85g ZS=5,59g
 SZH=14,54g CK=17,70g
 SO=0,35g Tzs=1,05g

Kisiskola: EN=315,50kcal
 FH=3,85g ZS=5,59g
 SZH=14,54g CK=17,70g
 SO=0,35g Tzs=1,05g

Rostos almale; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Uborka;

Lebbencs leves; Sült csirkemcomb; Finomfőzelék liszt-,tejmentes; Adalékmentes kenyér Ebéd (1)*;

Csikemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;

SZERDA

2024.06.26.

Óvoda: EN=266,10kcal
 FH=4,65g ZS=3,93g
 SZH=39,01g CK=0,15g
 SO=0,70g Tzs=0,90g

Iskola: EN=268,50kcal
 FH=4,85g ZS=3,95g
 SZH=39,38g CK=0,15g
 SO=0,70g Tzs=0,90g

Kisiskola: EN=268,70kcal
 FH=4,95g ZS=3,96g
 SZH=39,52g CK=0,15g
 SO=0,70g Tzs=0,90g

Óvoda: EN=534,44kcal
 FH=26,94g ZS=13,64g
 SZH=66,74g CK=15,61g
 SO=0,87g Tzs=1,20g

Iskola: EN=667,51kcal
 FH=33,08g ZS=18,16g
 SZH=81,63g CK=21,95g
 SO=1,08g Tzs=1,68g

Kisiskola: EN=796,80kcal
 FH=36,61g ZS=22,62g
 SZH=96,08g CK=29,25g
 SO=1,16g Tzs=1,69g

Óvoda: EN=179,60kcal
 FH=6,38g ZS=6,89g
 SZH=22,27g CK=0,08g
 SO=0,95g Tzs=1,81g

Iskola: EN=204,70kcal
 FH=7,09g ZS=6,97g
 SZH=27,47g CK=0,10g
 SO=1,09g Tzs=1,85g

Kisiskola: EN=324,10kcal
 FH=11,98g ZS=13,70g
 SZH=33,34g CK=0,16g
 SO=1,76g Tzs=3,58g

Rizstej; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;

Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal kucoricadarával (9)*; Burgonyapüré natur; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;

Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;

CSÜTÖRTÖK

2024.06.27.

Óvoda: EN=368,10kcal
 FH=6,44g ZS=5,90g
 SZH=59,00g CK=0,10g
 SO=0,85g Tzs=0,90g

Iskola: EN=410,50kcal
 FH=7,10g ZS=6,40g
 SZH=67,80g CK=0,10g
 SO=0,90g Tzs=0,90g

Kisiskola: EN=440,50kcal
 FH=7,60g ZS=6,90g
 SZH=73,80g CK=0,10g
 SO=0,95g Tzs=0,90g

Óvoda: EN=501,69kcal
 FH=18,67g ZS=6,63g
 SZH=88,58g CK=18,44g
 SO=2,35g Tzs=0,56g

Iskola: EN=639,56kcal
 FH=23,67g ZS=8,01g
 SZH=111,53g CK=23,58g
 SO=3,01g Tzs=0,81g

Kisiskola: EN=802,23kcal
 FH=29,20g ZS=9,65g
 SZH=141,68g CK=30,75g
 SO=3,81g Tzs=0,99g

Óvoda: EN=172,10kcal
 FH=4,96g ZS=7,22g
 SZH=21,20g CK=0,20g
 SO=0,96g Tzs=2,06g

Iskola: EN=237,40kcal
 FH=7,70g ZS=10,70g
 SZH=26,80g CK=0,34g
 SO=1,50g Tzs=3,30g

Kisiskola: EN=307,70kcal
 FH=10,18g ZS=12,56g
 SZH=37,40g CK=0,44g
 SO=1,98g Tzs=3,98g

Tea citromos; Zala Koméja; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;

Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni; Alma;

Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;

PÉNTEK

2024.06.28.

Óvoda: EN=191,22kcal
 FH=5,56g ZS=6,82g
 SZH=26,16g CK=5,17g
 SO=0,89g Tzs=1,94g

Iskola: EN=263,28kcal
 FH=8,90g ZS=9,90g
 SZH=33,68g CK=7,25g
 SO=1,36g Tzs=3,06g

Kisiskola: EN=340,78kcal
 FH=11,68g ZS=11,56g
 SZH=46,24g CK=9,31g
 SO=1,80g Tzs=3,68g

Óvoda: EN=566,96kcal
 FH=18,47g ZS=19,82g
 SZH=75,81g CK=11,96g
 SO=0,24g Tzs=0,48g

Iskola: EN=755,34kcal
 FH=24,38g ZS=27,01g
 SZH=99,92g CK=15,48g
 SO=0,34g Tzs=0,70g

Kisiskola: EN=899,45kcal
 FH=29,28g ZS=30,45g
 SZH=122,50g CK=19,84g
 SO=0,43g Tzs=0,78g

Óvoda: EN=180,50kcal
 FH=4,71g ZS=3,99g
 SZH=30,40g CK=0,15g
 SO=0,70g Tzs=0,90g

Iskola: EN=184,50kcal
 FH=4,95g ZS=4,05g
 SZH=31,00g CK=0,15g
 SO=0,70g Tzs=0,90g

Kisiskola: EN=186,50kcal
 FH=5,07g ZS=4,09g
 SZH=31,30g CK=0,15g
 SO=0,70g Tzs=0,90g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
 6724 Szeged, Kegyér-gyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
 E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

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

Tzs=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földmogyoró;
 9=Hal; 10=Ráktétlek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Pinhastétek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a

Szegedi OVI (www.ovi-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST

Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkezéstervezési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Adalékmentes kenyér Ebéd Összetétel: Adalékmentes kenyér	75,30kcal	2,22g	0,24g	15,60g	0,06g	0,42g	0,12g
Alma Összetétel: Alma 'ldared'	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 'tejmentes' Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	107,37kcal	0,79g	0,16g	24,72g	19,90g	0,03g	0,00g
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 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	0,45g	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
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
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 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	226,32kcal	5,30g	2,50g	41,99g	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
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	0,00g
Chilis bab diéta Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	338,45kcal	20,04g	14,36g	30,08g	1,16g	0,16g	0,23g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
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. pritamín 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
Darásmetélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	465,83kcal	4,47g	8,26g	92,24g	32,00g	0,47g	0,70g
Finomfőzelék liszt-,tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	200,78kcal	6,58g	3,37g	34,11g	14,66g	0,21g	0,36g
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. pritamín 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 pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,09g	0,80g
Házi zöldéséges sertéshúskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,09g	0,60g
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
Húsos tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma	420,14kcal	12,97g	19,23g	46,94g	0,25g	0,45g	0,40g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,03g	0,01g
Karalábé leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,78kcal	1,57g	1,24g	10,19g	3,54g	0,24g	0,13g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
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
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,65g	0,20g
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
Lebbencs leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mák, Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	421,84kcal	4,50g	13,72g	68,60g	18,04g	0,30g	1,48g
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
Milánói makaróni Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,68kcal	14,84g	18,51g	56,03g	8,98g	0,18g	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
Molnárka (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárka 50g	159,00kcal	3,85g	2,05g	30,45g	4,45g	0,35g	0,35g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,01g	0,70g
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,66g	0,00g	9,35g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,30g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,15g	0,20g
Ósziarack Összetétel: Ósziarack	45,10kcal	0,77g	0,00g	9,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Ósziarack leves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. ósziarack, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	102,11kcal	1,12g	0,38g	23,87g	19,90g	0,04g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
Paradicsom leves Összetétel: Betű teszta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	122,24kcal	1,81g	3,09g	21,68g	12,48g	0,06g	0,33g
Paradicsom mártás Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	137,61kcal	3,31g	2,32g	25,70g	15,04g	0,10g	0,26g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,09g	0,80g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	121,15kcal	2,56g	3,34g	31,67g	0,04g	0,06g	0,35g
Párolt zöldségek ingyenc Összetétel: Fagy. ingyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,66kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,06g	0,00g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,15g	0,80g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	240,52kcal	3,93g	11,23g	48,13g	0,34g	0,15g	1,20g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,15g	0,21g
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
Rizsleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	48,66kcal	1,44g	1,14g	9,81g	1,39g	0,06g	0,13g
Rizstej Összetétel: Rizsital	120,00kcal	2,00g	2,00g	24,00g	0,00g	0,20g	0,00g
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
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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 hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	0,85g	0,40g
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
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,44kcal	0,75g	0,13g	21,53g	17,22g	0,01g	0,00g
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 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	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
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 'tejmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	144,68kcal	2,58g	5,21g	21,00g	8,38g	0,07g	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
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Vadas sertésszelet 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	197,56kcal	17,46g	12,36g	3,12g	0,65g	0,16g	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	0,15g	0,26g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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 Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	90,30kcal	3,18g	1,45g	15,19g	2,41g	0,19g	0,16g
Zöldbabfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	127,57kcal	4,15g	4,19g	17,06g	5,28g	0,02g	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
Zöldborsófőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'	196,05kcal	7,55g	4,26g	30,31g	14,00g	0,17g	0,48g
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	0,15g	0,32g
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, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	341,24kcal	18,06g	9,37g	41,67g	0,17g	0,05g	0,40g
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	0,26g	0,63g
Zöldséges rizses 'pulyka' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,96kcal	7,70g	7,54g	28,73g	2,01g	0,47g	0,62g
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	0,21g	0,28g
Zöldségleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	68,62kcal	1,83g	2,61g	8,90g	1,94g	0,07g	0,27g
Zsemle (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes zsemle 50g	143,00kcal	4,35g	0,40g	29,50g	0,15g	0,70g	0,20g