

2024. JANUÁR

Tízórai

Ebéd A

Uzsonna

Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*;
Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;

Babgulyás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs
'tejes' (2)*; Alma;

Mini méz; Bebo margarin 10g; Kifli
(adalékmentes) (1)*;

HÉTFŐ
2024.12.30.

Óvoda: EN=393,60kcal
FH=10,67g ZS=14,84g
SZH=29,95g CK=6,14g
SO=1,10g TZS=4,98g

Óvoda: EN=592,35kcal
FH=29,77g ZS=11,11g
SZH=69,18g CK=2,66g
SO=0,46g TZS=2,92g

Óvoda: EN=274,00kcal
FH=4,00g ZS=3,90g
SZH=4,37g CK=1,65g
SO=0,69g TZS=0,90g

KEDD
2024.12.31.

Óvoda: EN=314,10kcal
FH=10,76g ZS=10,72g
SZH=29,95g CK=0,08g
SO=1,04g TZS=5,36g

Óvoda: EN=513,55kcal
FH=24,40g ZS=11,80g
SZH=69,72g CK=26,37g
SO=0,29g TZS=0,83g

Óvoda: EN=290,00kcal
FH=5,76g ZS=3,90g
SZH=6,12g CK=0,15g
SO=0,70g TZS=0,90g

SZERDA
2025.01.01.

Óvoda: EN=278,50kcal
FH=10,08g ZS=8,55g
SZH=29,95g CK=1,35g
SO=0,59g TZS=2,85g

Óvoda: EN=621,10kcal
FH=23,02g ZS=23,45g
SZH=75,64g CK=1,47g
SO=0,99g TZS=1,44g

Óvoda: EN=183,20kcal
FH=5,65g ZS=5,92g
SZH=2,78g CK=0,08g
SO=0,99g TZS=1,81g

CSÜTÖRTÖK
2025.01.02.

Óvoda: EN=149,37kcal
FH=5,89g ZS=1,89g
SZH=26,70g CK=6,17g
SO=0,69g TZS=0,16g

Óvoda: EN=540,90kcal
FH=27,29g ZS=17,02g
SZH=69,76g CK=23,19g
SO=1,14g TZS=1,29g

Óvoda: EN=145,90kcal
FH=5,07g ZS=4,77g
SZH=2,14g CK=0,08g
SO=1,08g TZS=0,99g

PÉNTEK
2025.01.03.

Óvoda: EN=304,70kcal
FH=13,48g ZS=9,93g
SZH=39,61g CK=8,38g
SO=1,23g TZS=3,78g

Óvoda: EN=813,04kcal
FH=27,51g ZS=17,18g
SZH=82,39g CK=6,74g
SO=1,39g TZS=2,28g

Óvoda: EN=253,00kcal
FH=3,85g ZS=5,59g
SZH=4,45g CK=1,77g
SO=0,39g TZS=1,05g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0700A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Tápanyag-tartalom: EN=Számlított 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=Ráktetlek; 11=Múster; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogó; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegedi ÖVI (www.ovi.szeged.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
Kft. (www.sull-host.hu) vagy a SULL-HOST Kft. dietetikusaival kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2025.01.06.		KEDD 2025.01.07.		SZERDA 2025.01.08.		CSÜTÖRTÖK 2025.01.09.		PÉNTEK 2025.01.10.									
Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnártka (allergénmentes) (1)*;		Rostos almale; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Uborka;		Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;									
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;		Csontleves; Rakott zöldbab tejfölös (2)*; Körte;		Karalábé leves; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék tejfölös (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Lebbencs leves; Kapros káposzta 'Liszt- tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldsgéleves 'tej-, cukormentes'; Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' (1)*; Párolt rizs; Alma;									
Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;									
Óvoda: EN=168,38kcal FH=3,52g ZS=3,91g SZH=28,74g CK=5,11g SO=0,86g TZS=0,96g	Iskola: EN=195,72kcal FH=4,30g ZS=4,03g SZH=34,55g CK=7,15g SO=0,70g TZS=0,90g	Kisiskola: EN=256,04kcal FH=5,90g ZS=4,24g SZH=47,27g CK=8,20g SO=0,99g TZS=0,98g	Óvoda: EN=453,39kcal FH=15,30g ZS=6,18g SZH=17,14g CK=12,50g SO=0,89g TZS=0,98g	Iskola: EN=620,83kcal FH=22,07g ZS=13,77g SZH=101,73g CK=16,22g SO=1,57g TZS=1,05g	Kisiskola: EN=771,57kcal FH=29,06g ZS=16,17g SZH=124,82g CK=20,61g SO=1,72g TZS=1,18g	Óvoda: EN=145,90kcal FH=5,03g ZS=4,17g SZH=21,47g CK=0,82g SO=1,06g TZS=0,99g	Iskola: EN=185,00kcal FH=7,82g ZS=4,63g SZH=27,35g CK=0,10g SO=1,70g TZS=1,17g	Kisiskola: EN=242,20kcal FH=10,33g ZS=15,82g SZH=38,09g CK=0,14g SO=2,23g TZS=1,31g	Óvoda: EN=314,70kcal FH=10,50g ZS=6,93g SZH=37,01g CK=0,08g SO=0,85g TZS=2,70g	Iskola: EN=370,60kcal FH=12,28g ZS=7,70g SZH=39,65g CK=1,50g SO=0,90g TZS=3,15g	Kisiskola: EN=533,20kcal FH=18,18g ZS=15,59g SZH=46,68g CK=0,14g SO=1,34g TZS=6,90g	Óvoda: EN=538,22kcal FH=23,29g ZS=23,93g SZH=71,14g CK=7,26g SO=0,39g TZS=2,08g	Iskola: EN=675,29kcal FH=32,49g ZS=29,69g SZH=83,36g CK=8,70g SO=0,54g TZS=2,58g	Kisiskola: EN=780,04kcal FH=43,48g ZS=33,05g SZH=112,76g CK=10,15g SO=0,66g TZS=2,98g	Óvoda: EN=243,20kcal FH=8,96g ZS=9,52g SZH=31,27g CK=0,21g SO=1,09g TZS=1,43g	Iskola: EN=243,20kcal FH=8,96g ZS=9,52g SZH=31,27g CK=0,21g SO=1,09g TZS=1,43g	Kisiskola: EN=343,48kcal FH=16,97g ZS=18,84g SZH=53,04g CK=0,27g SO=1,48g TZS=2,66g

Tízórai

Ebéd A

Uzsonna

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Tápanyag-tartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO;
TZS=Telített zsírf.
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rétkéfélek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítesítőszerek; 16=Puhítószer
Diétás ételtek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegelei OVI (www.ovi.szegegyarvos.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST
Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szébeifi tájékoztatást telefonon a
SULL-HOST Kft. dietetikuskától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3081)

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

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; Kifli (adalékmentes) (1)*;		Tej (2)*, Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tej (2)*, Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Rostos almale; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	
Ebéd A		Ebéd A		Ebéd A		Ebéd A		Ebéd A	
Mogyoróliszt-, tejmentes; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;		Kertész leves (diéta); Vadás sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;		Zöldsgleves 'liszmentes'; Sült csirkecomb; Zöldborsófőzelék (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Paradicsom leves (5)*; Brassói aprópecsenye; Forgotott burgonya; Körté;		Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Tökfőzelék tejfőlös, liszmentes (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Körté;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Óvoda: EN=342,20kcal FH=12,20g ZS=10,39g SZH=36,80g CK=3,94g SÖ=1,28g TZS=3,90g		Óvoda: EN=363,90kcal FH=16,16g ZS=19,42g SZH=31,02g CK=9,34g SÖ=2,08g TZS=7,64g		Óvoda: EN=390,70kcal FH=14,88g ZS=13,48g SZH=30,15g CK=5,93g SÖ=1,29g TZS=5,44g		Óvoda: EN=216,55kcal FH=5,99g ZS=1,69g SZH=30,64g CK=0,12g SÖ=0,59g TZS=0,16g		Óvoda: EN=310,00kcal FH=9,18g ZS=9,24g SZH=33,90g CK=5,80g SÖ=0,80g TZS=4,35g	
Iskola: EN=404,40kcal FH=15,78g ZS=14,45g SZH=39,89g CK=11,84g SÖ=1,79g TZS=5,65g		Iskola: EN=411,00kcal FH=18,09g ZS=20,26g SZH=36,52g CK=11,65g SÖ=2,27g TZS=8,13g		Iskola: EN=385,00kcal FH=15,87g ZS=18,74g SZH=37,78g CK=11,65g SÖ=1,74g TZS=7,78g		Iskola: EN=262,43kcal FH=8,19g ZS=2,78g SZH=35,47g CK=0,18g SÖ=0,73g TZS=0,20g		Iskola: EN=314,00kcal FH=9,40g ZS=9,30g SZH=34,60g CK=5,80g SÖ=0,80g TZS=4,35g	
Kisiskola: EN=446,50kcal FH=19,30g ZS=16,90g SZH=42,10g CK=14,20g SÖ=1,99g TZS=5,60g		Kisiskola: EN=483,20kcal FH=21,08g ZS=21,16g SZH=41,22g CK=14,00g SÖ=2,60g TZS=8,66g		Kisiskola: EN=457,20kcal FH=18,01g ZS=19,65g SZH=40,46g CK=13,99g SÖ=2,07g TZS=6,31g		Kisiskola: EN=320,39kcal FH=11,05g ZS=3,30g SZH=47,17g CK=0,27g SÖ=1,04g TZS=0,28g		Kisiskola: EN=316,00kcal FH=9,52g ZS=9,33g SZH=34,80g CK=5,80g SÖ=0,80g TZS=4,35g	
Óvoda: EN=344,61kcal FH=15,43g ZS=10,00g SZH=31,24g CK=16,75g SÖ=1,38g TZS=0,62g		Óvoda: EN=541,13kcal FH=21,86g ZS=20,68g SZH=61,29g CK=17,08g SÖ=0,37g TZS=1,22g		Óvoda: EN=546,09kcal FH=26,91g ZS=14,91g SZH=65,32g CK=17,83g SÖ=1,00g TZS=1,48g		Óvoda: EN=551,52kcal FH=24,17g ZS=15,70g SZH=72,89g CK=12,82g SÖ=0,42g TZS=0,93g		Óvoda: EN=577,35kcal FH=18,79g ZS=26,15g SZH=62,08g CK=9,78g SÖ=0,97g TZS=1,38g	
Iskola: EN=444,94kcal FH=18,73g ZS=12,78g SZH=72,23g CK=25,95g SÖ=1,64g TZS=0,82g		Iskola: EN=709,61kcal FH=28,16g ZS=27,20g SZH=65,29g CK=17,53g SÖ=0,76g TZS=1,64g		Iskola: EN=695,42kcal FH=36,59g ZS=19,18g SZH=83,80g CK=24,20g SÖ=1,48g TZS=1,94g		Iskola: EN=724,58kcal FH=30,16g ZS=22,14g SZH=64,25g CK=18,41g SÖ=0,84g TZS=1,44g		Iskola: EN=764,02kcal FH=24,72g ZS=35,74g SZH=80,43g CK=12,75g SÖ=1,50g TZS=1,92g	
Kisiskola: EN=534,67kcal FH=21,85g ZS=16,54g SZH=94,90g CK=32,28g SÖ=2,16g TZS=1,09g		Kisiskola: EN=852,95kcal FH=31,89g ZS=42,86g SZH=104,21g CK=4,28g SÖ=0,87g TZS=2,06g		Kisiskola: EN=878,78kcal FH=44,03g ZS=23,98g SZH=109,53g CK=26,68g SÖ=1,17g TZS=2,48g		Kisiskola: EN=845,25kcal FH=34,14g ZS=26,42g SZH=109,39g CK=22,43g SÖ=1,15g TZS=1,89g		Kisiskola: EN=821,15kcal FH=29,42g ZS=41,14g SZH=101,61g CK=15,83g SÖ=1,97g TZS=2,30g	
Óvoda: EN=200,60kcal FH=5,57g ZS=6,44g SZH=22,87g CK=0,14g SÖ=0,56g TZS=1,38g		Óvoda: EN=208,60kcal FH=4,79g ZS=3,90g SZH=3,20g CK=0,15g SÖ=0,70g TZS=0,90g		Óvoda: EN=185,60kcal FH=6,71g ZS=6,98g SZH=23,17g CK=0,08g SÖ=0,85g TZS=1,81g		Óvoda: EN=231,70kcal FH=4,79g ZS=3,90g SZH=42,70g CK=0,15g SÖ=0,70g TZS=0,90g		Óvoda: EN=194,40kcal FH=2,95g ZS=3,62g SZH=35,89g CK=1,33g SÖ=0,56g TZS=0,66g	
Iskola: EN=226,70kcal FH=6,31g ZS=6,52g SZH=27,77g CK=0,16g SÖ=1,09g TZS=1,44g		Iskola: EN=221,00kcal FH=4,98g ZS=3,90g SZH=4,00g CK=0,15g SÖ=0,70g TZS=0,90g		Iskola: EN=214,70kcal FH=7,65g ZS=7,12g SZH=28,97g CK=0,10g SÖ=1,08g TZS=1,85g		Iskola: EN=252,50kcal FH=4,98g ZS=3,90g SZH=4,50g CK=0,15g SÖ=0,70g TZS=0,90g		Iskola: EN=219,50kcal FH=3,79g ZS=3,90g SZH=41,09g CK=13,55g SÖ=0,70g TZS=0,90g	
Kisiskola: EN=376,10kcal FH=10,40g ZS=18,89g SZH=38,94g CK=0,26g SÖ=1,76g TZS=2,74g		Kisiskola: EN=221,00kcal FH=4,98g ZS=3,90g SZH=4,00g CK=0,15g SÖ=0,70g TZS=0,90g		Kisiskola: EN=346,10kcal FH=12,68g ZS=13,88g SZH=41,14g CK=0,14g SÖ=1,76g TZS=3,88g		Kisiskola: EN=252,50kcal FH=4,98g ZS=3,90g SZH=4,50g CK=0,15g SÖ=0,70g TZS=0,90g		Kisiskola: EN=392,20kcal FH=5,18g ZS=4,09g SZH=66,40g CK=26,64g SÖ=0,88g TZS=0,98g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÖ=SÓ;
TZS=Telített zsírf.
(*) 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=Ken-dioxid; 14=Csillogítór; 15=Édesítőszer; 16=Pináteszték
SULL-HOST Kft. dietetikustól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<p>Tej (2)*, Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;</p>	<p>Gulyás leves sertéshússal; Mákos metélt (6, 8, 12, 13)*; Alma;</p>	<p>Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</p>
<p>Tej (2)*; Házi zöldséges sonkakrém 'tej-gluténmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;</p>	<p>Karalábé leves; Húsgombóc sült tojásment; Paradicsom mártás (5)*; Főtt burgonya;</p>	<p>Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;</p>
<p>Tea csipkebogyó; Toast sonkas felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldséges (9)*; Rizibizi;</p>	<p>Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;</p>
<p>Tea citromos; Tejfőzős túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Almaleves (tejes) (2)*; Bazsalikomos csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;</p>	<p>Taurus zöldséges felvágott (allergénmentes); Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Bebo margarin 10g; Uborka;</p>
<p>Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;</p>	<p>Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;</p>
<p>PÉNTEK 2025.01.24.</p>	<p>SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel: +36-62-542-015; Fax: +36-62-542-016</p>	<p>Étlap név: 0100A1 Alapléta (Tojásmentes)</p>
<p>CSÜTÖRTÖK 2025.01.23.</p>	<p>SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel: +36-62-542-015; Fax: +36-62-542-016</p>	<p>Étlap név: 0100A1 Alapléta (Tojásmentes)</p>



Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk!

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

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

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2025.01.27.	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<p>Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Ószi barack leves tejszínes (2)*; Zöldborsós sertésragu; Petrezselymes rizs;</p>	<p>Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;</p>	
KEDD 2025.01.28.	<p>Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;</p>	<p>Zöldszőlves 'tej-, cukormentes'; Burgonyafőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>
SZERDA 2025.01.29.	<p>Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;</p>	<p>Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvacska tészta gluténment; Káposzta saláta;</p>	<p>Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Jégcsaprettek;</p>
CSÜTÖRTÖK 2025.01.30.	<p>Tea citromos; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Csontleves; Hentes sertésragu 'lisztmentes' (1)*; Tört burgonya; Alma;</p>	<p>Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;</p>
PÉNTEK 2025.01.31.	<p>Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Jégcsaprettek;</p>	<p>Burgonyaleves tejfőlés (2)*; Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabfőzelék (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Mandarin;</p>	<p>Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0100A1 Alappléta (Tojásmentes)

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO.
TZS=Tejfelett zsír.
(*) 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=Kén-dioxid; 14=Csillogfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Pinasteuk
Szegelei ÓVI (www.ovi-szegedvaros.hu); NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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
Almaleves (tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,57kcal	1,72g	0,61g	26,10g	21,28g	0,09g	0,27g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Órölt 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', Órölt 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, Órölt 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, Órölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	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 'tejméntes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	226,32kcal	5,30g	2,50g	41,99g	0,13g	0,15g	0,20g
Burgonyafőzelék tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	240,52kcal	5,64g	3,70g	42,39g	0,13g	0,15g	0,20g
Burgonyaleves (tejméntes) 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
Burgonyaleves tejfölös Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	107,80kcal	2,61g	2,70g	16,86g	0,89g	0,05g	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. pritamín 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: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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
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
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
Hazi zoldseges sonkakrem 'tej-aluténmentes' 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
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 Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	281,57kcal	21,38g	9,29g	32,69g	0,21g	0,15g	0,21g
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 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
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-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
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
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, Félzsíros 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 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
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: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Mini vaj Összetétel: Mini vaj	130,60kcal	2,00g	14,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárka (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárka 50g	159,00kcal	3,85g	2,05g	30,45g	4,45g	0,35g	0,35g
Mustár diéta Összetétel: Mustár	18,80kcal	1,00g	1,20g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
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
Ószibarack leves tejszínes Összetétel: Fagy. ószibarack, Fahéj, Főzőtejszín, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	107,09kcal	1,24g	0,69g	24,31g	19,90g	0,04g	0,17g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kóménymag, 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 tészta, 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
Parajfőzelék tejjel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	157,13kcal	6,42g	5,62g	20,34g	7,60g	0,40g	1,30g
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
Pulyka aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	174,37kcal	17,03g	11,04g	0,75g	0,13g	0,30g	0,40g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rakott zöldbab tejfölös Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	346,17kcal	15,67g	20,52g	28,92g	4,21g	0,05g	0,70g
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 gyümölcsle	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 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
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 csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	114,47kcal	19,76g	3,56g	0,40g	0,00g	0,30g	0,30g
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 '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
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2025.01.01.-től 2025.01.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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', Órölt 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: Kígyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Vadas pulykaapró Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Órölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	226,74kcal	18,10g	14,48g	4,87g	0,53g	0,22g	0,61g
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Órölt 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, Órölt 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, Órölt 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, Órölt 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 Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	138,93kcal	4,42g	5,15g	17,38g	5,28g	0,07g	0,47g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,05g	0,15g
Zöldborsófőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	226,21kcal	9,04g	4,90g	34,91g	15,84g	0,21g	0,84g
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

