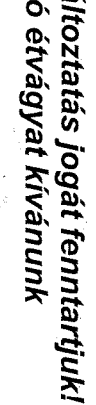


HÉTFŐ 2023.10.30.	KEDD 2023.10.31.	SZERDA 2023.11.01.	CSÜTÖRTÖK 2023.11.02.	PÉNTEK 2023.11.03.
<p><b>Tízórai</b></p> <p><b>Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Molnártka (allergénmentes) (1)*;</b></p>	<p><b>Tej (2)*; Házi zöldséges sertés húskrém 'tejmentes'; Kenyér Adalékmentes' (1)*; Uborka;</b></p>	<p><b>Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér Adalékmentes' (1)*;</b></p>	<p><b>Tea citromos; Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</b></p>	<p><b>Rostos almalelé; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</b></p>
<p><b>Ebéd A</b></p> <p><b>Gulyás leves sertés hússal; Mákos metélt (6, 8, 12, 13)*; Alma;</b></p>	<p><b>Karalábé leves; Húsgombóc sült; Paradicsom mártás (5)*; Főtt burgonya;</b></p>	<p><b>Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldségszeres (9)*; Rizibizi;</b></p>	<p><b>Almaleves (tejes) (2)*; Bazsalikomos csirkeraagu; Köles párolt zöldséggel (5)*;</b></p>	<p><b>Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;</b></p>
<p><b>Uzsonna</b></p> <p><b>Csikemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</b></p>	<p><b>Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;</b></p>	<p><b>Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;</b></p>	<p><b>Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Bebo margarin 10g; Uborka;</b></p>	<p><b>Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;</b></p>



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

**Étlap név: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

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

(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;  
9=Héj; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13-Kán-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Edesítőszerek; 16=Puhítószer

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

Sull-Host Étkeztetési Rendszer 3.0

	HÉTFŐ 2023.11.06.		KEDD 2023.11.07.		SZERDA 2023.11.08.		CSÜTÖRTÖK 2023.11.09.		PÉNTEK 2023.11.10.	
	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna					
	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Ószibarack leves tejszínes (2)*; Zöldborsós sertésragu; Petrezselymes rizs;		Bebó margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;					
	Ovoda: EN=310,30kcal FH=11,06g ZS=10,80g SZH=11,46g CK=20,08g SO=1,04g Tzs=0,99g	Iskola: EN=366,80kcal FH=14,40g ZS=13,18g SZH=16,70g CK=20,10g SO=1,34g Tzs=0,93g	Ovoda: EN=493,17kcal FH=19,07g ZS=19,64g SZH=19,64g CK=21,41g SO=0,34g Tzs=1,68g	Iskola: EN=648,87kcal FH=25,43g ZS=26,14g SZH=26,67g CK=26,88g SO=0,54g Tzs=2,29g	Ovoda: EN=208,60kcal FH=4,79g ZS=3,90g SZH=4,97g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g	Iskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=4,00g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g	Ovoda: EN=310,30kcal FH=11,06g ZS=10,80g SZH=11,46g CK=20,08g SO=1,04g Tzs=0,99g	Iskola: EN=366,80kcal FH=14,40g ZS=13,18g SZH=16,70g CK=20,10g SO=1,34g Tzs=0,93g	Ovoda: EN=208,60kcal FH=4,79g ZS=3,90g SZH=4,97g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g	Iskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=4,00g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g
	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Sertés sült; Burgonyafőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Baronfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;					
	Ovoda: EN=228,50kcal FH=8,36g ZS=9,25g SZH=27,31g CK=6,08g SO=0,71g Tzs=4,46g	Iskola: EN=256,00kcal FH=9,30g ZS=9,35g SZH=32,85g CK=6,10g SO=0,85g Tzs=4,50g	Ovoda: EN=535,36kcal FH=26,92g ZS=12,83g SZH=23,31g CK=2,28g SO=0,79g Tzs=0,74g	Iskola: EN=670,46kcal FH=33,53g ZS=17,07g SZH=28,68g CK=2,93g SO=1,10g Tzs=1,04g	Ovoda: EN=191,90kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=37,28g CK=16,50g SO=0,56g Tzs=0,86g	Iskola: EN=217,00kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=24,48g CK=16,52g SO=0,70g Tzs=0,90g	Ovoda: EN=278,50kcal FH=10,05g ZS=8,55g SZH=39,66g CK=13,65g SO=0,55g Tzs=2,85g	Iskola: EN=300,50kcal FH=11,60g ZS=9,30g SZH=41,95g CK=15,95g SO=0,60g Tzs=3,30g	Ovoda: EN=204,20kcal FH=5,87g ZS=9,47g SZH=23,08g CK=0,14g SO=0,95g Tzs=1,39g	Iskola: EN=231,70kcal FH=6,81g ZS=9,57g SZH=28,62g CK=0,16g SO=1,09g Tzs=1,43g
	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;		Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvascska tészta gluténment.; Káposzta saláta;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;					
	Ovoda: EN=278,50kcal FH=10,05g ZS=8,55g SZH=39,66g CK=13,65g SO=0,55g Tzs=2,85g	Iskola: EN=300,50kcal FH=11,60g ZS=9,30g SZH=41,95g CK=15,95g SO=0,60g Tzs=3,30g	Ovoda: EN=590,52kcal FH=23,40g ZS=11,59g SZH=21,19g CK=1,15g SO=0,33g Tzs=1,87g	Iskola: EN=787,34kcal FH=29,52g ZS=17,07g SZH=31,74g CK=1,89g SO=0,70g Tzs=2,48g	Ovoda: EN=178,10kcal FH=5,32g ZS=7,31g SZH=22,10g CK=0,20g SO=0,96g Tzs=2,06g	Iskola: EN=247,40kcal FH=6,30g ZS=10,85g SZH=28,30g CK=0,34g SO=1,50g Tzs=3,30g	Ovoda: EN=168,62kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=26,53g CK=5,13g SO=1,06g Tzs=0,99g	Iskola: EN=214,08kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=34,44g CK=7,17g SO=1,70g Tzs=1,17g	Ovoda: EN=204,20kcal FH=5,87g ZS=9,47g SZH=23,08g CK=0,14g SO=0,95g Tzs=1,39g	Iskola: EN=231,70kcal FH=6,81g ZS=9,57g SZH=28,62g CK=0,16g SO=1,09g Tzs=1,43g
	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Burgonyaleves tejfőls (2)*; Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabfőzelék (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;							
	Ovoda: EN=268,50kcal FH=10,91g ZS=6,99g SZH=39,60g CK=9,35g SO=0,90g Tzs=2,70g	Iskola: EN=294,50kcal FH=12,70g ZS=7,80g SZH=42,50g CK=11,85g SO=0,95g Tzs=3,15g	Ovoda: EN=478,14kcal FH=21,82g ZS=15,49g SZH=17,05g CK=1,50g SO=0,84g Tzs=1,23g	Iskola: EN=646,53kcal FH=30,44g ZS=22,51g SZH=31,65g CK=2,19g SO=1,43g Tzs=1,95g	Ovoda: EN=204,20kcal FH=5,87g ZS=9,47g SZH=23,08g CK=0,14g SO=0,95g Tzs=1,39g	Iskola: EN=231,70kcal FH=6,81g ZS=9,57g SZH=28,62g CK=0,16g SO=1,09g Tzs=1,43g	Ovoda: EN=268,50kcal FH=10,91g ZS=6,99g SZH=39,60g CK=9,35g SO=0,90g Tzs=2,70g	Iskola: EN=294,50kcal FH=12,70g ZS=7,80g SZH=42,50g CK=11,85g SO=0,95g Tzs=3,15g	Ovoda: EN=194,40kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=35,80g CK=13,33g SO=0,56g Tzs=0,86g	Iskola: EN=219,50kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=41,00g CK=13,35g SO=0,70g Tzs=0,90g



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

**Sull-Host**  
 Étkeztetési Rendszer 3.0

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

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

(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;  
 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szézám; 13=Kán-dioxid; 14=Ciliagúrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Szegelei OVI (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)

Dietetés ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Sull-Host Étkeztetési Rendszer 3.0

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Étlap név:

HÉTFŐ 2023.11.13.	KEDD 2023.11.14.	SZERDA 2023.11.15.	CSÜTÖRTÖK 2023.11.16.	PÉNTEK 2023.11.17.
<p><b>Tízórai</b></p> <p>Tea csipkebogyó; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p><b>Ebéd A</b></p> <p>Rizsleves; Chilis bab diéta; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p><b>Uzsonna</b></p> <p>Tejfőlés túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</p>	<p><b>Tízórai</b></p> <p>Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p><b>Tízórai</b></p> <p>Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>
<p><b>Ovoda:</b> EN=221,08kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=27,61g CK=5,17g SO=0,99g TZS=1,39g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=254,42kcal FH=6,31g ZS=9,52g SZH=34,89g CK=7,21g SO=1,09g TZS=1,43g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=412,94kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=49,01g CK=9,32g SO=1,76g TZS=2,74g</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=462,51kcal FH=24,44g ZS=20,31g SZH=86,69g CK=2,63g SO=0,78g TZS=1,48g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=676,47kcal FH=33,74g ZS=24,43g SZH=76,43g CK=3,51g SO=1,14g TZS=0,83g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=817,89kcal FH=39,41g ZS=28,31g SZH=98,39g CK=4,26g SO=1,45g TZS=1,16g</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=560,74kcal FH=28,41g ZS=13,97g SZH=70,92g CK=17,01g SO=0,93g TZS=1,51g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=717,31kcal FH=35,50g ZS=18,62g SZH=90,27g CK=20,83g SO=1,28g TZS=2,12g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=895,20kcal FH=42,92g ZS=23,28g SZH=114,39g CK=24,63g SO=1,59g TZS=2,76g</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=501,69kcal FH=18,87g ZS=5,63g SZH=88,58g CK=18,44g SO=2,35g TZS=0,56g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=639,56kcal FH=23,67g ZS=6,01g SZH=100,29g CK=23,58g SO=3,01g TZS=0,81g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=802,23kcal FH=29,20g ZS=9,55g SZH=141,68g CK=30,75g SO=3,81g TZS=0,99g</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=614,06kcal FH=22,37g ZS=23,27g SZH=75,58g CK=11,96g SO=0,48g TZS=2,73g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=818,14kcal FH=23,58g ZS=31,61g SZH=100,02g CK=15,48g SO=0,66g TZS=3,70g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=962,28kcal FH=34,49g ZS=35,05g SZH=122,60g CK=19,64g SO=0,75g TZS=3,78g</p>
<p><b>Ovoda:</b> EN=221,08kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=27,61g CK=5,17g SO=0,99g TZS=1,39g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=254,42kcal FH=6,31g ZS=9,52g SZH=34,89g CK=7,21g SO=1,09g TZS=1,43g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=412,94kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=49,01g CK=9,32g SO=1,76g TZS=2,74g</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=233,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SO=0,38g TZS=1,05g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SO=0,38g TZS=1,05g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=60,45g CK=30,95g SO=0,35g TZS=1,05g</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=179,80kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SO=0,86g TZS=1,81g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SO=1,09g TZS=1,85g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=334,10kcal FH=11,96g ZS=13,70g SZH=39,34g CK=0,14g SO=1,76g TZS=3,58g</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=322,90kcal FH=12,45g ZS=10,88g SZH=50,15g CK=20,16g SO=1,18g TZS=5,43g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=394,30kcal FH=15,05g ZS=13,18g SZH=50,20g CK=20,15g SO=1,34g TZS=6,93g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=415,70kcal FH=17,65g ZS=15,48g SZH=50,25g CK=20,15g SO=1,50g TZS=8,43g</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=336,10kcal FH=10,64g ZS=6,90g SZH=44,20g CK=9,30g SO=0,85g TZS=2,70g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=370,50kcal FH=12,35g ZS=7,85g SZH=49,30g CK=11,60g SO=0,90g TZS=3,15g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=392,50kcal FH=13,90g ZS=8,40g SZH=51,80g CK=13,90g SO=0,95g TZS=3,60g</p>
<p><b>Ovoda:</b> EN=130,90kcal FH=5,59g ZS=1,78g SZH=22,53g CK=0,06g SO=0,57g TZS=0,16g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=185,80kcal FH=8,31g ZS=3,60g SZH=28,85g CK=0,10g SO=0,71g TZS=0,20g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=250,50kcal FH=10,78g ZS=4,64g SZH=39,90g CK=0,14g SO=1,00g TZS=0,28g</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=304,50kcal FH=11,51g ZS=9,58g SZH=41,00g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=308,50kcal FH=11,75g ZS=9,65g SZH=41,60g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=310,50kcal FH=11,87g ZS=9,66g SZH=41,90g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=124,96kcal FH=5,23g ZS=1,67g SZH=21,45g CK=0,08g SO=0,57g TZS=0,16g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=175,89kcal FH=7,72g ZS=3,45g SZH=27,35g CK=0,10g SO=0,71g TZS=0,20g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=239,02kcal FH=10,07g ZS=4,46g SZH=38,10g CK=0,14g SO=1,00g TZS=0,28g</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=336,10kcal FH=10,64g ZS=6,90g SZH=44,20g CK=9,30g SO=0,85g TZS=2,70g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=370,50kcal FH=12,35g ZS=7,85g SZH=49,30g CK=11,60g SO=0,90g TZS=3,15g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=392,50kcal FH=13,90g ZS=8,40g SZH=51,80g CK=13,90g SO=0,95g TZS=3,60g</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=191,22kcal FH=5,56g ZS=6,82g SZH=26,16g CK=5,17g SO=0,89g TZS=1,94g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=263,28kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=33,68g CK=7,25g SO=1,36g TZS=3,06g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=340,78kcal FH=11,68g ZS=11,56g SZH=46,24g CK=9,31g SO=1,80g TZS=3,68g</p>

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



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

**Étlap név:**  
**0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

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=Szójá; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Héj; 10=Ráktérlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesíteszár; 16=Puhatestűk

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

Sull-Host Étkeztetési Rendszer 3.0

HÉTFO 2023.11.20.	KEDD 2023.11.21.	SZERDA 2023.11.22.	CSÜTÖRTÖK 2023.11.23.	PÉNTEK 2023.11.24.
<p><b>Tízórai</b></p> <p>Tej (2)*; Mini méz; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;</p>	<p><b>Ebéd A</b></p> <p>Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Darásmetelt; Alma;</p>	<p><b>Uzsonna</b></p> <p>Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=338,50kcal FH=10,05g ZS=8,55g SZH=56,13g CK=30,07g SO=0,55g Tzs=2,85g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=360,50kcal FH=11,60g ZS=9,30g SZH=58,43g CK=32,37g SO=0,60g Tzs=3,30g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=322,50kcal FH=13,15g ZS=10,05g SZH=60,73g CK=34,87g SO=0,65g Tzs=3,75g</p>	<p><b>Ovoda:</b> EN=310,30kcal FH=11,08g ZS=10,80g SZH=54,45g CK=20,08g SO=1,04g Tzs=5,39g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=366,80kcal FH=14,40g ZS=13,18g SZH=58,70g CK=20,10g SO=1,34g Tzs=6,93g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=448,40kcal FH=18,48g ZS=15,64g SZH=67,19g CK=25,14g SO=1,78g Tzs=8,51g</p>
<p><b>HÉTFO</b></p> <p>Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p><b>KEDD</b></p> <p>Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Zöldborsfőzelék (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p><b>SZERDA</b></p> <p>Paradicsom leves (5)*; Rakott brokkoli kölessel sajtós (2)*; Alma;</p>	<p><b>CSÜTÖRTÖK</b></p> <p>Burgonyaleves tejfőös (2)*; Sült csirkecomb; Almamártás (2)*; Pritott kukoricadara;</p>	<p><b>PÉNTEK</b></p> <p>Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta;</p>
<p><b>HÉTFO</b></p> <p>Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;</p>	<p><b>KEDD</b></p> <p>Tej (2)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p><b>SZERDA</b></p> <p>Őszibarack rostoslé (dobozos); Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p><b>CSÜTÖRTÖK</b></p> <p>Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;</p>	<p><b>PÉNTEK</b></p> <p>Óvoda: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SO=0,80g Tzs=4,35g</p> <p><b>Iskola:</b> EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SO=0,80g Tzs=4,35g</p> <p><b>Kisiskola:</b> EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SO=0,80g Tzs=4,35g</p>



**SULLI-HOST**  
E-mail: [mail@sulli-host.hu](mailto:mail@sulli-host.hu)

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

**SULLI-HOST**  
Étkezési Rendszer 3.0

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO<sub>2</sub>; Tzs=Telített zsírsav

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

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

HÉTFŐ 2023.11.27.		KEDD 2023.11.28.		SZERDA 2023.11.29.		CSÜTÖRTÖK 2023.11.30.		PÉNTEK 2023.12.01.			
Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai			
Tej (2)*, Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Tárkonyos csirkeregyleves 'tejmentes'; Diós metélt (6)*; Alma;		Zöldsegleves 'tej, cukormentes'; Tarhonyás csirke (combfilé); Uborkasaláta;		Tej (2)*, Házi zöldséges sertés húskrém 'tejmentes'; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;			
Ebéd A		Csonleves; Vagdalt sertés (tojás-, lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Szilvaleves 'tejmentes'; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Alma;		Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Burgonyapüré natur;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnártka (allergénmentes) (1)*;			
Uzsonna		Csirkemájkrém 30g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;		Zala Koméja; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;					
Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Ovoda: EN=208,70kcal Iskola: EN=285,00kcal Kisiskola: EN=337,20kcal FH=6,04g ZS=10,57g FH=8,82g ZS=15,14g SZH=21,85g CK=0,11g SO=1,03g Tzs=3,64g SO=1,49g Tzs=5,53g SO=1,79g Tzs=5,61g		Ovoda: EN=179,60kcal Iskola: EN=204,70kcal Kisiskola: EN=334,10kcal FH=6,35g ZS=6,89g FH=7,09g ZS=6,97g SZH=22,27g CK=0,08g SO=0,95g Tzs=1,81g SO=1,09g Tzs=1,85g SO=1,19g Tzs=3,58g		Ovoda: EN=267,50kcal Iskola: EN=267,50kcal Kisiskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g FH=9,45g ZS=9,30g SZH=33,50g CK=6,15g SO=0,85g Tzs=4,50g SO=0,85g Tzs=4,50g		Ovoda: EN=170,50kcal Iskola: EN=234,20kcal Kisiskola: EN=303,70kcal FH=5,56g ZS=6,82g FH=8,90g ZS=9,90g SZH=21,10g CK=0,12g SO=0,69g Tzs=1,94g SO=1,36g Tzs=3,00g SO=1,30g Tzs=3,66g		Ovoda: EN=253,00kcal Iskola: EN=253,00kcal Kisiskola: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,55g FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=1,70g SO=0,35g Tzs=1,05g SO=0,35g Tzs=1,05g	
Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Ovoda: EN=517,91kcal Iskola: EN=676,70kcal Kisiskola: EN=828,40kcal FH=19,06g ZS=21,53g FH=24,86g ZS=28,96g SZH=59,39g CK=12,48g SO=0,79g Tzs=0,87g SO=1,14g Tzs=1,18g		Ovoda: EN=468,80kcal Iskola: EN=579,91kcal Kisiskola: EN=712,00kcal FH=22,20g ZS=14,43g FH=28,05g ZS=13,59g SZH=69,82g CK=6,45g SO=0,38g Tzs=0,99g SO=0,59g Tzs=1,20g SO=0,71g Tzs=1,46g		Ovoda: EN=503,32kcal Iskola: EN=665,24kcal Kisiskola: EN=816,62kcal FH=18,45g ZS=10,45g FH=24,27g ZS=13,59g SZH=93,07g CK=6,39g SO=1,77g Tzs=1,20g SO=2,23g Tzs=1,56g SO=2,83g Tzs=1,86g		Ovoda: EN=239,06kcal Iskola: EN=302,52kcal Kisiskola: EN=407,32kcal FH=13,41g ZS=6,94g FH=17,81g ZS=8,58g SZH=30,13g CK=9,33g SO=0,85g Tzs=2,56g SO=1,04g Tzs=3,05g SO=1,31g Tzs=3,58g		Ovoda: EN=227,90kcal Iskola: EN=257,00kcal Kisiskola: EN=309,20kcal FH=8,12g ZS=9,16g FH=9,10g ZS=9,30g SZH=27,40g CK=5,78g SO=0,71g Tzs=4,31g SO=0,85g Tzs=4,35g	

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



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

Détás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI ([www.ovi.szegedvaros.hu](http://www.ovi.szegedvaros.hu)), NGSZ ([www.ngsz.hu](http://www.ngsz.hu)) valamint a SULL-HOST Kft. ([www.sull-host.hu](http://www.sull-host.hu)) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;  
Tzs=Telített zsírsav  
(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákkélek; 11=Műstár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogóanyag; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer

## Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2023.11.01.-től 2023.11.30.-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
Almamártás Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	153,39kcal	1,77g	4,45g	25,11g	17,10g	0,04g	0,20g
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
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirke Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bazsalikom csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,03g	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
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, Bioacet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	226,32kcal	5,30g	2,50g	41,99g	0,13g	0,15g	0,20g
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
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', Szárzabab, 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
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	186,09kcal	17,14g	11,63g	2,30g	0,68g	0,06g	0,82g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

**Időszak: 2023.11.01.-től 2023.11.30.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
<b>Csontleves</b> 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
<b>Darásmetélt</b> 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
<b>Diós metélt</b> Összetétel: Dióbél, Étolaj 'napraforgó', Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta.	400,34kcal	5,66g	12,10g	65,75g	17,50g	0,03g	0,10g
<b>Finomfőzelék tej</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1.5%'	201,98kcal	7,31g	3,62g	33,09g	16,04g	0,13g	0,63g
<b>Főtt virsli 'diéta'</b> Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
<b>Frankfurti leves liszt-tejmentes</b> Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli, Vöröshagyma	151,21kcal	5,46g	8,44g	12,71g	0,56g	0,82g	2,70g
<b>Gomba krémleves tej-, lisztmentes</b> Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,01kcal	2,39g	2,24g	10,19g	0,27g	0,08g	0,22g
<b>Gombás sertésragu</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,30g	0,40g
<b>Házi pulykahúskrém</b> Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,09g	0,80g
<b>Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'</b> Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,09g	0,60g
<b>Hentes sertésragu 'lisztmentes'</b> 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
<b>Joghurt</b> Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
<b>Káposzta saláta</b> Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,03g	0,01g
<b>Kefir</b> Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
<b>Kenyér 'Adalékmentes'</b> Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
<b>Kenyér 'Adalékmentes'</b> Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
<b>Kifli (adalékmentes)</b> Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,65g	0,20g
<b>Kockasajt</b> Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tőjasmentes) Időszak: 2023.11.01.-tól 2023.11.30.-ig

Étel név, összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Köles párolt zöldséggel <i>Összetétel:</i> Étőlj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. piritamin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,07kcal	6,89g	9,83g	36,06g	0,23g	0,03g	0,60g
Köményes pulykasült <i>Összetétel:</i> Étőlj 'napraforgó', Köménymag, Örölt fekete bors, Pulykacomb felső file, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,30g	0,30g
Körözött 'házi' <i>Összetétel:</i> Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
Kukoricas rizs <i>Összetétel:</i> Étőlj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebencecs leves <i>Összetétel:</i> Burgonya, Csemege paprika, Étőlj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Milánai makaróni <i>Összetétel:</i> Bazsalikom, Étőlj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Örölt fekete bors, Sertes 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 <i>Összetétel:</i> Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Mini méz <i>Összetétel:</i> Minimizé 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Mohárka (allergénmentes) <i>Összetétel:</i> Adalékmentes mohárka 50g	159,00kcal	3,85g	2,05g	30,45g	4,45g	0,35g	0,35g
Mustár diéta <i>Összetétel:</i> Mustár	18,80kcal	1,00g	1,20g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Mustáros sertészelet (diéta) <i>Összetétel:</i> Étőlj 'napraforgó', Mustár, Örölt fekete bors, Rizsliiszt, Sertes karamj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,01g	0,70g
Natur sertészelet <i>Összetétel:</i> Étőlj 'napraforgó', Rizsliiszt, Sertes karamj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,30g	0,60g
Öszibarack leves tejszínes <i>Összetétel:</i> Fagy. öszibarack, Fahéj, Főztlejtszín, Kristálycukor, Rizsliiszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	107,09kcal	1,24g	0,69g	24,31g	19,90g	0,04g	0,17g
Öszibarack rostoslé (dobozos) <i>Összetétel:</i> 50%-os öszibarack dobozos gyümölcsle	94,00kcal	0,00g	0,00g	22,00g	12,00g	0,00g	0,00g
Pápai sonka (diéta) <i>Összetétel:</i> Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal <i>Összetétel:</i> Burgonya, Csemege paprika, Étőlj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Örölt fekete bors, Sertes comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
Paprikás sült hal <i>Összetétel:</i> Csemege paprika, Étőlj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliiszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	0,90g	0,41g
Paradicsom leves <i>Összetétel:</i> Betű tészta, Étőlj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliiszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	122,24kcal	1,81g	3,09g	21,68g	12,48g	0,06g	0,33g



## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

**Időszak: 2023.11.01.-től 2023.11.30.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Paradicsomos káposzta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	135,56kcal	3,87g	2,36g	24,61g	10,97g	0,07g	0,24g
Párolt csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott'	144,11kcal	20,02g	5,44g	3,26g	0,00g	0,30g	0,50g
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 inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin, Só 'jódozott'	73,80kcal	3,62g	1,60g	10,82g	0,02g	0,09g	0,21g
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
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Pírított kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,06g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
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
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	369,74kcal	23,91g	14,80g	30,88g	3,86g	0,56g	2,57g
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
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: 50%-os alma dobozos gyümölcsle	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
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

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2023.11.01.-től 2023.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sajtszórát Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
Sertés flekken Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,93kcal	17,44g	10,28g	5,84g	0,42g	0,15g	0,41g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
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
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
Tarhonyás csirke (combfilé) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	376,08kcal	19,77g	11,76g	45,91g	0,51g	0,30g	0,71g
Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	115,90kcal	11,19g	4,63g	6,81g	0,78g	0,26g	0,21g
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
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	234,50kcal	9,39g	3,15g	56,65g	17,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g

## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

**Időszak: 2023.11.01.-től 2023.11.30.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,30g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	24,10kcal	0,60g	0,06g	5,02g	4,00g	0,01g	0,00g
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
Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,06g	0,26g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,13kcal	1,87g	1,43g	10,36g	1,68g	0,10g	0,16g
Zöldbab leves 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, Őrölt 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
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

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2023.11.01.-tól 2023.11.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zsemle (adalékmentes)	143,00kcal	4,35g	0,40g	29,50g	0,15g	0,70g	0,20g
Összetétel: Adalékmentes zsemle 50g							