

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
	Tej (2)*; Mini méz; Riso margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Darásmetélt; Őszibarack;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes';	
HÉTFŐ 2021.09.27.	Övoda: EN=323,60kcal FH=10,50g ZS=8,60g SZH=52,68g CK=25,62g SÓ=0,48g TZS=3,40g Iskola: EN=351,60kcal FH=12,00g ZS=10,00g SZH=54,98g CK=27,92g SÓ=0,53g TZS=4,25g K. Iskola: EN=402,20kcal FH=13,50g ZS=13,90g SZH=57,28g CK=30,22g SÓ=0,58g TZS=5,10g		Övoda: EN=658,96kcal FH=10,61g ZS=16,69g SZH=114,10g CK=32,22g SÓ=2,67g TZS=3,40g Iskola: EN=671,53kcal FH=15,19g ZS=23,01g SZH=147,72g CK=38,28g SÓ=4,11g TZS=5,22g K. Iskola: EN=1 004,94kcal FH=17,25g ZS=26,09g SZH=171,66g CK=48,38g SÓ=6,61g TZS=8,47g		Övoda: EN=256,80kcal FH=7,47g ZS=11,95g SZH=35,09g CK=0,06g SÓ=0,63g TZS=1,23g Iskola: EN=266,80kcal FH=8,67g ZS=12,65g SZH=43,39g CK=0,06g SÓ=0,69g TZS=1,23g K. Iskola: EN=474,60kcal FH=13,74g ZS=23,20g SZH=61,88g CK=0,12g SÓ=1,20g TZS=2,46g	
KEDD 2021.09.28.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';		Tartonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Zöldborsófőzelék (2)*; Kenyér 'Adalékmentes';		Ráma margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	
	Övoda: EN=387,40kcal FH=12,95g ZS=15,78g SZH=63,90g CK=20,05g SÓ=0,72g TZS=5,73g Iskola: EN=457,80kcal FH=16,75g ZS=18,78g SZH=62,25g CK=20,05g SÓ=0,94g TZS=7,23g K. Iskola: EN=620,20kcal FH=21,80g ZS=28,48g SZH=78,98g CK=20,10g SÓ=1,22g TZS=9,93g		Övoda: EN=708,76kcal FH=26,84g ZS=28,12g SZH=88,15g CK=17,11g SÓ=1,82g TZS=1,75g Iskola: EN=927,29kcal FH=34,63g ZS=37,41g SZH=114,14g CK=23,28g SÓ=3,19g TZS=7,29g K. Iskola: EN=1 155,25kcal FH=41,86g ZS=44,08g SZH=150,43g CK=31,48g SÓ=5,83g TZS=12,74g		Övoda: EN=193,16kcal FH=5,09g ZS=6,61g SZH=29,03g CK=0,05g SÓ=0,29g TZS=1,20g Iskola: EN=197,16kcal FH=5,39g ZS=6,67g SZH=29,63g CK=0,05g SÓ=0,29g TZS=1,20g K. Iskola: EN=252,18kcal FH=5,50g ZS=12,70g SZH=29,98g CK=0,10g SÓ=0,29g TZS=2,40g	
SZERDA 2021.09.29.	Tej (2)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes';		Paradicsom leves (5)*; Rakott brokkoli kölessel (2)*; Alma;		Tejfőzős túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes'; Zöldpaprika;	
	Övoda: EN=347,20kcal FH=14,19g ZS=14,97g SZH=43,87g CK=9,20g SÓ=0,83g TZS=5,05g Iskola: EN=414,20kcal FH=16,89g ZS=17,07g SZH=54,47g CK=11,50g SÓ=0,94g TZS=5,90g K. Iskola: EN=599,40kcal FH=24,18g ZS=26,44g SZH=74,84g CK=13,80g SÓ=1,50g TZS=8,40g		Övoda: EN=481,72kcal FH=24,88g ZS=18,03g SZH=61,06g CK=16,35g SÓ=1,23g TZS=3,07g Iskola: EN=620,50kcal FH=31,71g ZS=23,72g SZH=65,24g CK=22,27g SÓ=1,92g TZS=3,85g K. Iskola: EN=755,90kcal FH=39,63g ZS=30,01g SZH=76,11g CK=26,89g SÓ=2,74g TZS=4,96g		Övoda: EN=186,50kcal FH=7,43g ZS=4,24g SZH=34,75g CK=0,00g SÓ=0,34g TZS=0,00g Iskola: EN=255,30kcal FH=10,61g ZS=6,70g SZH=44,35g CK=0,00g SÓ=0,40g TZS=0,00g K. Iskola: EN=346,20kcal FH=14,00g ZS=8,98g SZH=61,60g CK=0,00g SÓ=0,62g TZS=0,00g	
CSÜTÖRTÖK 2021.09.30.	Őszibarack rostoslé (dobozos); Baromfi párizsi (diéta); Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';		Burgonyaleves tejfőzős (2)*; Sült csirkerecomb; Almamártás (2)*; Pírtott kukoricadara;		Joghurt (2)*; Riso margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
	Övoda: EN=312,80kcal FH=6,80g ZS=8,70g SZH=32,70g CK=12,12g SÓ=0,64g TZS=1,20g Iskola: EN=392,00kcal FH=10,00g ZS=12,80g SZH=34,30g CK=12,24g SÓ=1,10g TZS=2,40g K. Iskola: EN=512,70kcal FH=13,40g ZS=18,40g SZH=32,70g CK=12,30g SÓ=1,42g TZS=3,00g		Övoda: EN=534,51kcal FH=22,38g ZS=20,30g SZH=56,47g CK=17,98g SÓ=1,19g TZS=1,23g Iskola: EN=701,83kcal FH=27,51g ZS=26,51g SZH=77,19g CK=25,32g SÓ=2,42g TZS=1,73g K. Iskola: EN=654,91kcal FH=32,22g ZS=32,56g SZH=85,16g CK=32,67g SÓ=3,32g TZS=2,24g		Övoda: EN=249,76kcal FH=9,78g ZS=8,42g SZH=34,08g CK=6,00g SÓ=0,44g TZS=3,60g Iskola: EN=249,76kcal FH=9,78g ZS=8,42g SZH=34,08g CK=6,00g SÓ=0,44g TZS=3,60g K. Iskola: EN=272,36kcal FH=9,78g ZS=10,92g SZH=34,08g CK=6,00g SÓ=0,44g TZS=3,60g	
PÉNTEK 2021.10.01.	Kefir (2)*; Riso margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta;		Toast sonkás felvágott (diéta); Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	
	Övoda: EN=241,60kcal FH=9,30g ZS=8,25g SZH=32,70g CK=5,70g SÓ=0,43g TZS=3,45g Iskola: EN=241,60kcal FH=9,30g ZS=8,25g SZH=32,70g CK=5,70g SÓ=0,43g TZS=3,45g K. Iskola: EN=264,20kcal FH=9,30g ZS=10,75g SZH=32,70g CK=5,70g SÓ=0,43g TZS=3,45g		Övoda: EN=481,74kcal FH=25,35g ZS=19,38g SZH=63,93g CK=11,53g SÓ=1,30g TZS=1,27g Iskola: EN=616,62kcal FH=32,63g ZS=23,36g SZH=67,41g CK=13,91g SÓ=2,84g TZS=1,48g K. Iskola: EN=712,73kcal FH=36,94g ZS=26,46g SZH=103,45g CK=17,24g SÓ=3,93g TZS=1,70g		Övoda: EN=192,60kcal FH=6,86g ZS=5,65g SZH=33,87g CK=0,00g SÓ=0,74g TZS=0,13g Iskola: EN=245,60kcal FH=10,12g ZS=6,69g SZH=42,85g CK=0,00g SÓ=1,30g TZS=0,27g K. Iskola: EN=353,20kcal FH=13,55g ZS=10,77g SZH=59,78g CK=0,00g SÓ=1,67g TZS=0,34g	

Étlap váltóztatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk

SULI-HOST

6724 Szeged, Keregyvári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@suli-host.hu

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír.

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földmogyoró; 9=Hal; 10=Fák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt

SULI-HOST VENDÉGLÁRÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

Étlap név: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes';		Tárkonyos csitkeragulyes 'tejmentes'; Diós metélt (6)*; Alma;		Taurus Király szalámi; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes'; Uborka;	
HÉTFŐ 2021.10.04.		Övoda: EN=568,20kcal FH=13,41g ZS=17,52g SZH=38,80g CK=5,70g SZH=44,17g CK=9,26g SO=0,83g Tzs=4,63g		Övoda: EN=235,00kcal FH=7,81g ZS=11,99g SZH=33,88g CK=0,03g SO=0,71g Tzs=2,78g	
Iskola: EN=435,20kcal FH=16,11g ZS=19,62g SZH=54,77g CK=11,56g SO=0,94g Tzs=5,48g		Iskola: EN=751,53kcal FH=21,66g ZS=25,20g SZH=106,49g CK=18,28g SO=1,33g Tzs=0,82g		Iskola: EN=341,60kcal FH=11,03g ZS=17,14g SZH=42,60g CK=0,05g SO=1,09g Tzs=4,63g	
K. Iskola: EN=64,140kcal FH=22,62g ZS=31,54g SZH=75,44g CK=13,92g SO=1,50g Tzs=7,58g		K. Iskola: EN=906,48kcal FH=25,39g ZS=31,29g SZH=127,32g CK=26,78g SO=1,54g Tzs=1,23g		K. Iskola: EN=443,40kcal FH=13,53g ZS=21,05g SZH=59,37g CK=0,05g SO=1,21g Tzs=4,63g	
KEDD 2021.10.05.		Öszibarack rostoslé (dobozos); Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes'; Zöldpaprika;		Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyér 'Adalékmentes';	
Övoda: EN=284,15kcal FH=8,09g ZS=4,26g SZH=56,94g CK=12,04g SO=0,34g Tzs=0,00g		Övoda: EN=573,51kcal FH=20,90g ZS=24,01g SZH=71,79g CK=12,40g SO=0,71g Tzs=0,71g		Övoda: EN=235,20kcal FH=8,19g ZS=9,37g SZH=34,67g CK=0,00g SO=0,69g Tzs=1,65g	
Iskola: EN=347,93kcal FH=11,71g ZS=6,01g SZH=66,47g CK=12,08g SO=0,40g Tzs=0,00g		Iskola: EN=746,20kcal FH=27,16g ZS=32,06g SZH=91,22g CK=15,46g SO=1,99g Tzs=0,98g		Iskola: EN=274,20kcal FH=9,39g ZS=10,07g SZH=42,97g CK=0,00g SO=0,69g Tzs=1,65g	
K. Iskola: EN=435,69kcal FH=14,89g ZS=7,82g SZH=83,67g CK=12,13g SO=0,62g Tzs=0,00g		K. Iskola: EN=925,70kcal FH=32,59g ZS=38,36g SZH=118,56g CK=16,46g SO=3,31g Tzs=1,25g		K. Iskola: EN=431,40kcal FH=15,18g ZS=18,04g SZH=61,04g CK=0,00g SO=1,20g Tzs=3,30g	
SZERDA 2021.10.06.		Tea csipkebogyó; Gépsonka (diéta); Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Tarhonyás csirke (combfilé); Uborkasaláta;	
Övoda: EN=216,68kcal FH=7,70g ZS=5,89g SZH=38,52g CK=5,07g SO=0,69g Tzs=0,22g		Övoda: EN=402,80kcal FH=22,20g ZS=14,43g SZH=65,82g CK=12,45g SO=2,04g Tzs=0,99g		Övoda: EN=249,76kcal FH=9,78g ZS=8,42g SZH=34,08g CK=6,00g SO=0,44g Tzs=3,60g	
Iskola: EN=281,52kcal FH=11,80g ZS=7,10g SZH=49,12g CK=9,18g SO=1,19g Tzs=0,44g		Iskola: EN=607,91kcal FH=28,05g ZS=17,70g SZH=80,67g CK=15,12g SO=3,30g Tzs=1,20g		Iskola: EN=249,76kcal FH=9,78g ZS=8,42g SZH=34,08g CK=6,00g SO=0,44g Tzs=3,60g	
K. Iskola: EN=393,04kcal FH=15,65g ZS=11,28g SZH=87,87g CK=9,18g SO=1,53g Tzs=0,58g		K. Iskola: EN=748,00kcal FH=31,94g ZS=21,07g SZH=103,59g CK=16,71g SO=3,81g Tzs=1,48g		K. Iskola: EN=272,36kcal FH=9,78g ZS=10,92g SZH=34,08g CK=6,00g SO=0,44g Tzs=3,60g	
CSÜTÖRTÖK 2021.10.07.		Tej (2)*; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes';		Kukorica krémleves tejles (1, 2)*; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi; Kenyér 'Adalékmentes'; Körte;	
Övoda: EN=318,68kcal FH=15,05g ZS=12,02g SZH=38,52g CK=5,07g SO=1,02g Tzs=4,00g		Övoda: EN=587,73kcal FH=24,82g ZS=13,55g SZH=106,67g CK=9,92g SO=3,28g Tzs=1,34g		Övoda: EN=217,20kcal FH=7,40g ZS=6,30g SZH=33,50g CK=0,04g SO=0,57g Tzs=1,08g	
Iskola: EN=402,02kcal FH=19,86g ZS=14,93g SZH=53,17g CK=11,55g SO=1,37g Tzs=8,85g		Iskola: EN=778,42kcal FH=32,46g ZS=17,48g SZH=144,17g CK=5,59g SO=4,40g Tzs=1,74g		Iskola: EN=294,80kcal FH=11,20g ZS=12,00g SZH=42,10g CK=0,08g SO=0,99g Tzs=2,16g	
K. Iskola: EN=540,62kcal FH=27,96g ZS=19,35g SZH=72,15g CK=13,65g SO=1,79g Tzs=5,70g		K. Iskola: EN=946,28kcal FH=39,84g ZS=21,22g SZH=175,50g CK=6,93g SO=5,08g Tzs=2,08g		K. Iskola: EN=414,70kcal FH=14,90g ZS=17,40g SZH=58,85g CK=0,10g SO=1,24g Tzs=2,70g	
PÉNTEK 2021.10.08.		Kefir (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes'; Zöldpaprika;		Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Burgonyapüré tejjel (2)*;	
Övoda: EN=274,60kcal FH=9,96g ZS=10,64g SZH=38,80g CK=5,70g SO=0,39g Tzs=3,45g		Övoda: EN=486,61kcal FH=29,13g ZS=13,33g SZH=69,64g CK=7,46g SO=1,62g Tzs=2,69g		Övoda: EN=219,26kcal FH=4,08g ZS=3,02g SZH=43,08g CK=13,25g SO=0,29g Tzs=0,00g	
Iskola: EN=317,60kcal FH=11,40g ZS=11,40g SZH=48,70g CK=5,70g SO=0,45g Tzs=3,45g		Iskola: EN=665,45kcal FH=39,12g ZS=18,99g SZH=77,76g CK=10,03g SO=3,33g Tzs=4,76g		Iskola: EN=219,26kcal FH=4,08g ZS=3,02g SZH=43,08g CK=13,25g SO=0,29g Tzs=0,00g	
K. Iskola: EN=420,20kcal FH=13,92g ZS=15,33g SZH=65,60g CK=5,70g SO=0,57g Tzs=3,45g		K. Iskola: EN=776,76kcal FH=44,28g ZS=22,02g SZH=92,47g CK=12,94g SO=3,61g Tzs=5,60g		K. Iskola: EN=304,36kcal FH=4,69g ZS=3,52g SZH=58,08g CK=26,50g SO=0,29g Tzs=0,00g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
 Jó étvágyat kívánunk



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

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Étlap név:

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂;
 Tzs=Telített zsír;
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia;
 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák; puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt

Diétás ételtek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-555-3081)

Sull-Host
 Étkezletési
 Rendszer 3.0

Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'Adalékmentes';			Babgulyás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejes' (2)*; Körte;			Mini méz; Riso margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		
HÉTFŐ 2021.10.11.			Óvoda: EN=564,02kcal Iskola: EN=715,41kcal K. Iskola: EN=893,42kcal FH=23,13g ZS=11,09g FH=35,01g ZS=13,75g SZH=93,09g CK=32,35g SZH=121,24g CK=43,03g SO=0,83g Tzs=2,92g SO=1,38g Tzs=3,48g SO=1,43g Tzs=4,03g			Óvoda: EN=211,60kcal Iskola: EN=211,60kcal K. Iskola: EN=234,20kcal FH=4,50g ZS=3,00g FH=4,50g ZS=3,00g SZH=43,48g CK=16,42g SZH=43,48g CK=16,42g SO=0,28g Tzs=0,00g SO=0,28g Tzs=0,00g		
Őszibarack rostoslé (dobozos); Trappista sajt (2)*; Riso margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes';			Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás 'tejmentes'; Főtt burgonya;			Riso margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Banán;		
KEDD 2021.10.12.			Óvoda: EN=366,80kcal Iskola: EN=437,20kcal K. Iskola: EN=569,20kcal FH=12,60g ZS=12,20g FH=16,40g ZS=15,20g SZH=55,35g CK=5,00g SZH=63,70g CK=12,00g SO=0,72g Tzs=4,50g SO=0,94g Tzs=6,00g SO=1,22g Tzs=7,50g			Óvoda: EN=272,28kcal Iskola: EN=314,26kcal K. Iskola: EN=336,96kcal FH=6,11g ZS=3,02g FH=6,63g ZS=3,52g SZH=54,70g CK=0,00g SZH=64,38g CK=0,00g SO=0,29g Tzs=0,00g SO=0,29g Tzs=0,00g		
SZERDA 2021.10.13.			Tea csipkebogyó; Riso margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Uborka; Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vadas pulykaapró (2, 5, 11)*; Szarvacska tészta gluténment.; Alma;			Óvoda: EN=235,20kcal Iskola: EN=274,20kcal K. Iskola: EN=431,40kcal FH=8,18g ZS=3,37g FH=9,39g ZS=4,07g SZH=34,61g CK=0,00g SZH=42,91g CK=0,00g SO=0,63g Tzs=1,65g SO=0,69g Tzs=1,65g SO=1,20g Tzs=3,30g		
CSÜTÖRTÖK 2021.10.14.			Tea citromos; Körözött házi (2)*; Kenyer 'Adalékmentes'; Almaleves (tejfölös) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka;			Óvoda: EN=223,00kcal Iskola: EN=276,00kcal K. Iskola: EN=414,00kcal FH=6,91g ZS=3,15g FH=10,17g ZS=10,19g SZH=33,92g CK=0,05g SZH=42,90g CK=0,05g SO=0,74g Tzs=1,38g SO=1,30g Tzs=1,47g SO=1,67g Tzs=2,78g		
PÉNTEK 2021.10.15.			Poharas tej (2)*; Gépsonka (diéta); Riso margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Uborka; Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes); Parajfőzelék tejfel (2)*; Kenyer 'Adalékmentes'; Mini dzsem (13)*; Riso margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;			Óvoda: EN=244,10kcal Iskola: EN=244,10kcal K. Iskola: EN=329,20kcal FH=3,85g ZS=4,55g FH=4,50g ZS=5,50g SZH=60,45g CK=30,95g SO=0,35g Tzs=0,35g SO=0,35g Tzs=0,35g		

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kenyeripark út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@suli-host.hu

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=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia;
8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csílagfürt

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

Étlap név:

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea csipkebogyó; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes'; Zöldpaprika;		Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;		Kefir (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	
HÉTFŐ 2021.10.18.					
Óvoda: EN=205,08kcal FH=5,16g ZS=5,39g SZH=3,14g CK=5,03g SO=0,24g TZS=0,00g		Óvoda: EN=453,39kcal FH=15,80g ZS=8,18g SZH=7,14g CK=12,50g SO=1,17g TZS=0,58g		Óvoda: EN=268,60kcal FH=9,60g ZS=10,55g SZH=3,90g CK=5,70g SO=0,39g TZS=3,45g	
Iskola: EN=256,32kcal FH=6,60g ZS=6,15g SZH=5,08g CK=7,05g SO=0,30g TZS=0,00g		Iskola: EN=629,65kcal FH=22,07g ZS=13,77g SZH=10,17g CK=16,24g SO=3,05g TZS=1,05g		Iskola: EN=307,60kcal FH=10,80g ZS=11,25g SZH=4,20g CK=5,70g SO=0,45g TZS=3,45g	
Kiskola: EN=367,04kcal FH=9,12g ZS=10,08g SZH=6,89g CK=7,05g SO=0,42g TZS=0,00g		Kiskola: EN=774,57kcal FH=29,09g ZS=16,17g SZH=12,82g CK=20,61g SO=3,38g TZS=1,18g		Kiskola: EN=408,20kcal FH=13,20g ZS=15,15g SZH=5,38g CK=5,70g SO=0,57g TZS=3,45g	
Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Riso margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;		Csonleves; Rakott zöldbab tejfölös (2)*; Banán;		Pápai sonka (diéta); Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes'; Uborka;	
Óvoda: EN=356,10kcal FH=9,85g ZS=10,15g SZH=5,65g CK=26,90g SO=0,59g TZS=3,75g		Óvoda: EN=550,23kcal FH=20,82g ZS=22,98g SZH=6,57g CK=9,98g SO=0,27g TZS=0,98g		Óvoda: EN=214,20kcal FH=9,70g ZS=6,73g SZH=3,37g CK=0,00g SO=0,82g TZS=0,00g	
Iskola: EN=394,10kcal FH=11,35g ZS=11,55g SZH=5,65g CK=29,20g SO=0,60g TZS=4,60g		Iskola: EN=711,13kcal FH=25,68g ZS=29,04g SZH=8,31g CK=9,60g SO=0,89g TZS=1,22g		Iskola: EN=237,60kcal FH=15,70g ZS=8,85g SZH=4,25g CK=0,00g SO=1,46g TZS=0,00g	
Kiskola: EN=497,20kcal FH=12,85g ZS=15,45g SZH=7,42g CK=44,75g SO=0,65g TZS=5,45g		Kiskola: EN=807,18kcal FH=29,25g ZS=35,03g SZH=8,54g CK=11,21g SO=1,60g TZS=1,64g		Kiskola: EN=405,40kcal FH=20,50g ZS=13,46g SZH=5,91g CK=0,00g SO=1,87g TZS=0,00g	
Óvoda: EN=256,76kcal FH=5,04g ZS=3,11g SZH=50,98g CK=12,00g SO=0,29g TZS=0,00g		Óvoda: EN=504,84kcal FH=28,85g ZS=16,07g SZH=8,43g CK=3,80g SO=1,82g TZS=0,53g		Óvoda: EN=249,40kcal FH=7,51g ZS=11,98g SZH=3,35g CK=0,03g SO=0,71g TZS=2,78g	
Iskola: EN=280,76kcal FH=5,28g ZS=3,17g SZH=51,59g CK=12,00g SO=0,29g TZS=0,00g		Iskola: EN=757,88kcal FH=35,73g ZS=21,60g SZH=10,61g CK=4,41g SO=3,36g TZS=0,84g		Iskola: EN=335,60kcal FH=10,53g ZS=17,09g SZH=4,75g CK=0,03g SO=1,09g TZS=4,63g	
Kiskola: EN=285,36kcal FH=5,40g ZS=3,70g SZH=51,88g CK=12,00g SO=0,29g TZS=0,00g		Kiskola: EN=916,40kcal FH=41,46g ZS=26,05g SZH=13,32g CK=5,10g SO=3,52g TZS=1,04g		Kiskola: EN=436,20kcal FH=12,93g ZS=20,99g SZH=5,83g CK=0,05g SO=1,21g TZS=4,63g	
SZERDA 2021.10.20.		Karálbé leves; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék tejfölös (2)*; Kenyér 'Adalékmentes';		Tauris Király szalámi; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	
Óvoda: EN=270,50kcal FH=10,80g ZS=8,66g SZH=37,40g CK=9,20g SO=0,48g TZS=3,40g		Óvoda: EN=483,05kcal FH=21,76g ZS=12,15g SZH=80,94g CK=0,98g SO=1,81g TZS=0,73g		Óvoda: EN=217,20kcal FH=7,40g ZS=8,30g SZH=33,50g CK=0,04g SO=0,57g TZS=1,08g	
Iskola: EN=303,10kcal FH=12,50g ZS=10,10g SZH=40,50g CK=11,50g SO=0,53g TZS=4,25g		Iskola: EN=617,17kcal FH=28,53g ZS=16,88g SZH=9,35g CK=1,10g SO=2,88g TZS=1,08g		Iskola: EN=294,80kcal FH=11,20g ZS=12,00g SZH=42,10g CK=0,08g SO=0,96g TZS=2,16g	
Kiskola: EN=356,00kcal FH=14,10g ZS=14,02g SZH=43,20g CK=13,80g SO=0,58g TZS=5,10g		Kiskola: EN=786,09kcal FH=36,33g ZS=22,24g SZH=12,54g CK=1,30g SO=3,53g TZS=1,45g		Kiskola: EN=414,70kcal FH=14,90g ZS=17,40g SZH=5,85g CK=0,10g SO=1,24g TZS=2,70g	
CSÜTÖRTÖK 2021.10.21.		Lebbencs leves; Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes';		Zala Kométa; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	
Óvoda: EN=270,50kcal FH=10,80g ZS=8,66g SZH=37,40g CK=9,20g SO=0,48g TZS=3,40g		Óvoda: EN=483,05kcal FH=21,76g ZS=12,15g SZH=80,94g CK=0,98g SO=1,81g TZS=0,73g		Óvoda: EN=217,20kcal FH=7,40g ZS=8,30g SZH=33,50g CK=0,04g SO=0,57g TZS=1,08g	
Iskola: EN=303,10kcal FH=12,50g ZS=10,10g SZH=40,50g CK=11,50g SO=0,53g TZS=4,25g		Iskola: EN=617,17kcal FH=28,53g ZS=16,88g SZH=9,35g CK=1,10g SO=2,88g TZS=1,08g		Iskola: EN=294,80kcal FH=11,20g ZS=12,00g SZH=42,10g CK=0,08g SO=0,96g TZS=2,16g	
Kiskola: EN=356,00kcal FH=14,10g ZS=14,02g SZH=43,20g CK=13,80g SO=0,58g TZS=5,10g		Kiskola: EN=786,09kcal FH=36,33g ZS=22,24g SZH=12,54g CK=1,30g SO=3,53g TZS=1,45g		Kiskola: EN=414,70kcal FH=14,90g ZS=17,40g SZH=5,85g CK=0,10g SO=1,24g TZS=2,70g	
PÉNTEK 2021.10.22.		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Alma;		Zöldséges harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
Óvoda: EN=357,00kcal FH=12,30g ZS=12,28g SZH=53,85g CK=20,00g SO=0,72g TZS=4,53g		Óvoda: EN=528,22kcal FH=23,26g ZS=23,83g SZH=71,14g CK=7,25g SO=1,60g TZS=2,08g		Óvoda: EN=234,36kcal FH=7,29g ZS=9,64g SZH=29,85g CK=0,06g SO=0,68g TZS=1,23g	
Iskola: EN=427,40kcal FH=16,70g ZS=15,28g SZH=62,20g CK=20,00g SO=0,94g TZS=6,03g		Iskola: EN=673,29kcal FH=29,49g ZS=29,88g SZH=93,36g CK=8,70g SO=2,56g TZS=2,59g		Iskola: EN=234,36kcal FH=7,29g ZS=9,64g SZH=29,85g CK=0,06g SO=0,68g TZS=1,23g	
Kiskola: EN=559,40kcal FH=21,70g ZS=21,48g SZH=78,85g CK=20,00g SO=1,22g TZS=7,53g		Kiskola: EN=780,04kcal FH=33,48g ZS=33,65g SZH=12,75g CK=10,15g SO=2,88g TZS=2,95g		Kiskola: EN=334,56kcal FH=9,90g ZS=18,76g SZH=31,62g CK=0,12g SO=1,07g TZS=2,46g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kengyélgyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@sulli-host.hu

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Étlap név:

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

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;

TZS=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt

Sulli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*, Baromfi párizsi (diéta); Riso margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		Meggyleves 'Liszt-, tejmentes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes';	
HÉTFŐ 2021.10.25. Övoda: EN=303,80kcal FH=12,50g ZS=12,00g SZH=36,80g CK=9,32g SÓ=0,88g TZS=4,60g Iskola: EN=372,20kcal FH=16,00g ZS=16,80g SZH=39,30g CK=11,74g SÓ=1,33g TZS=6,65g K: Iskola: EN=442,70kcal FH=18,50g ZS=22,40g SZH=41,80g CK=14,10g SÓ=1,58g TZS=8,10g		Övoda: EN=344,61kcal FH=15,43g ZS=10,00g SZH=12,24g CK=16,75g SÓ=2,49g TZS=0,82g Iskola: EN=444,94kcal FH=18,73g ZS=12,78g SZH=19,23g CK=25,66g SÓ=3,33g TZS=0,82g K: Iskola: EN=534,67kcal FH=21,85g ZS=15,54g SZH=24,90g CK=32,28g SÓ=3,66g TZS=1,00g		Övoda: EN=256,80kcal FH=7,47g ZS=11,95g SZH=35,09g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,23g Iskola: EN=295,80kcal FH=8,67g ZS=12,65g SZH=43,39g CK=0,00g SÓ=0,89g TZS=1,23g K: Iskola: EN=474,60kcal FH=13,74g ZS=23,20g SZH=61,88g CK=0,12g SÓ=1,20g TZS=2,46g	
KEDD 2021.10.26. Övoda: EN=434,60kcal FH=17,40g ZS=23,50g SZH=43,42g CK=9,28g SÓ=1,76g TZS=8,38g Iskola: EN=501,60kcal FH=20,10g ZS=26,60g SZH=54,02g CK=11,56g SÓ=1,87g TZS=9,23g K: Iskola: EN=630,20kcal FH=24,00g ZS=30,90g SZH=72,92g CK=13,86g SÓ=2,04g TZS=10,08g		Övoda: EN=538,72kcal FH=21,77g ZS=17,91g SZH=18,64g CK=1,93g SÓ=1,13g TZS=1,23g Iskola: EN=706,41kcal FH=26,09g ZS=27,10g SZH=34,56g CK=3,21g SÓ=2,38g TZS=1,64g K: Iskola: EN=849,42kcal FH=31,86g ZS=32,76g SZH=103,67g CK=3,88g SÓ=2,67g TZS=2,06g		Övoda: EN=190,86kcal FH=5,12g ZS=3,02g SZH=35,57g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g Iskola: EN=203,26kcal FH=5,28g ZS=3,02g SZH=38,58g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g K: Iskola: EN=225,86kcal FH=5,28g ZS=5,52g SZH=38,58g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g	
SZERDA 2021.10.27. Övoda: EN=361,40kcal FH=13,52g ZS=17,56g SZH=42,55g CK=9,23g SÓ=0,91g TZS=6,18g Iskola: EN=475,60kcal FH=18,02g ZS=24,09g SZH=53,25g CK=11,55g SÓ=1,34g TZS=8,88g K: Iskola: EN=604,20kcal FH=21,93g ZS=29,39g SZH=72,15g CK=13,85g SÓ=1,51g TZS=9,73g		Övoda: EN=609,49kcal FH=31,71g ZS=17,91g SZH=77,72g CK=17,75g SÓ=1,66g TZS=1,64g Iskola: EN=770,92kcal FH=38,84g ZS=22,93g SZH=99,30g CK=24,10g SÓ=2,89g TZS=2,14g K: Iskola: EN=984,28kcal FH=47,19g ZS=29,10g SZH=131,33g CK=32,52g SÓ=3,58g TZS=2,69g		Övoda: EN=241,20kcal FH=8,55g ZS=9,46g SZH=35,57g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=1,65g Iskola: EN=284,20kcal FH=9,89g ZS=10,22g SZH=44,47g CK=0,00g SÓ=0,69g TZS=1,65g K: Iskola: EN=443,40kcal FH=15,90g ZS=18,22g SZH=62,84g CK=0,00g SÓ=1,20g TZS=3,30g	
CSÜTÖRTÖK 2021.10.28. Övoda: EN=278,15kcal FH=7,73g ZS=4,17g SZH=56,04g CK=12,04g SÓ=0,34g TZS=0,00g Iskola: EN=337,93kcal FH=11,11g ZS=5,86g SZH=64,97g CK=12,08g SÓ=0,40g TZS=0,00g K: Iskola: EN=423,69kcal FH=14,27g ZS=7,64g SZH=81,87g CK=12,13g SÓ=0,62g TZS=0,00g		Övoda: EN=494,32kcal FH=23,73g ZS=15,70g SZH=69,68g CK=12,82g SÓ=1,32g TZS=0,93g Iskola: EN=646,58kcal FH=29,55g ZS=22,14g SZH=76,25g CK=18,41g SÓ=2,71g TZS=1,44g K: Iskola: EN=768,25kcal FH=33,54g ZS=28,42g SZH=91,93g CK=22,43g SÓ=3,72g TZS=1,80g		Övoda: EN=272,28kcal FH=6,11g ZS=3,02g SZH=54,70g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g Iskola: EN=314,26kcal FH=6,63g ZS=3,02g SZH=64,38g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g K: Iskola: EN=336,86kcal FH=6,63g ZS=5,52g SZH=64,38g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g	
PÉNTEK 2021.10.29. Övoda: EN=275,60kcal FH=9,65g ZS=11,78g SZH=33,26g CK=5,75g SÓ=0,43g TZS=4,65g Iskola: EN=278,00kcal FH=9,85g ZS=11,80g SZH=33,60g CK=5,75g SÓ=0,43g TZS=4,65g K: Iskola: EN=332,20kcal FH=10,00g ZS=17,81g SZH=33,82g CK=5,80g SÓ=0,43g TZS=5,65g		Övoda: EN=630,95kcal FH=20,63g ZS=28,63g SZH=74,48g CK=9,65g SÓ=1,48g TZS=1,22g Iskola: EN=833,52kcal FH=27,02g ZS=38,94g SZH=95,93g CK=12,65g SÓ=2,84g TZS=1,72g K: Iskola: EN=1 018,45kcal FH=32,64g ZS=45,48g SZH=123,31g CK=15,68g SÓ=3,56g TZS=2,02g		Övoda: EN=271,50kcal FH=4,85g ZS=8,80g SZH=48,25g CK=13,30g SÓ=0,24g TZS=1,20g Iskola: EN=310,50kcal FH=6,05g ZS=9,50g SZH=56,55g CK=13,30g SÓ=0,30g TZS=1,20g K: Iskola: EN=504,00kcal FH=8,50g ZS=16,90g SZH=88,20g CK=26,60g SÓ=0,42g TZS=2,40g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név: 01000A1 Alapdiéta (Tőjásmentes)

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;
TZS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tőjás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia;
8=Főidmogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegedi ÖV (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: 2021.10.01.-től 2021.10.31.-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 (tejfölös) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	112,32kcal	0,92g	0,75g	24,44g	19,90g	0,20g	0,00g
Almás sajtos csirkecomb Összetétel: Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Margarin Liga 500, Rizsital, Rizsliszt, Sajt 'Trappista', Só 'jódozott'	242,70kcal	20,25g	11,43g	13,64g	4,42g	0,73g	2,14g
Babgulyás leves sertéshússal Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	231,12kcal	17,20g	6,43g	24,72g	0,85g	0,53g	0,22g
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	1,49g	0,61g
Banán Összetétel: Banán	115,50kcal	1,43g	0,00g	26,62g	0,00g	0,00g	0,00g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Csirkejó Baromfi Rúd all.mentes	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bolognai halas-tészta Összetétel: 'Spagetti' Tészta, Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Halfilé 'Pangasius', Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	344,12kcal	12,17g	6,87g	57,36g	9,53g	1,18g	0,43g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,20g	0,20g
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,91kcal	3,48g	0,52g	11,50g	1,66g	0,57g	0,04g
Burgonyafőzelék tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	240,52kcal	5,64g	3,70g	42,39g	0,13g	0,50g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	110,30kcal	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,53g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Rizsital, Só 'jódozott', Tisztított burgonya	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,32g	0,00g
Burgonyapüré tejjel Összetétel: Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tisztított burgonya	186,00kcal	5,40g	1,38g	34,50g	1,38g	0,33g	0,51g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2021.10.01.-től 2021.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g 'Eurofood'	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g 'Eurofood'	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Csontleves Összetétel: 'Kacsa' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,13g	0,22g
Diós metélt Összetétel: 'Szélesmetélt' Tészta, Dióbél, Étolaj 'napraforgó', Porcukor 'Koronás', Só 'jódozott'	400,34kcal	5,66g	12,10g	65,75g	17,50g	0,10g	0,10g
Forgatott burgonya Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Tisztított burgonya	221,16kcal	5,00g	4,28g	36,80g	0,00g	0,99g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Só 'jódozott', Tisztított burgonya	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,10g	0,00g
Főtt burgonya Összetétel: Köménymag, Só 'jódozott', Tisztított burgonya	188,21kcal	5,00g	0,60g	36,83g	0,00g	0,40g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli 'Kométa Vendégház'	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Gépsonka (diéta) Összetétel: Gépsonka allergénmentes	17,60kcal	2,90g	0,55g	0,28g	0,04g	0,45g	0,22g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Rizstej, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,01kcal	2,71g	3,28g	10,19g	0,27g	0,21g	0,22g
Gomba leves Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	79,32kcal	2,76g	2,20g	11,76g	0,99g	0,23g	0,22g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,99g	0,40g
Gyümölcsrizs 'tejes' Összetétel: Fagy. alma, Kristálycukor, Rizs 'A', Tej '1,5%'	275,70kcal	11,49g	4,66g	55,17g	31,50g	0,30g	2,70g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2021.10.01.-től 2021.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes' Összetétel: Margarin Liga 500, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,58g	0,60g
Joghurt Összetétel: Joghurt natúr	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	0,10g	0,01g
Kapros káposzta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	276,10kcal	16,29g	6,91g	47,88g	0,09g	0,50g	0,21g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,03kcal	14,81g	6,36g	31,15g	0,09g	0,99g	0,21g
Karalábé leves Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,78kcal	1,57g	1,24g	10,19g	3,54g	0,59g	0,13g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér 1kg	156,00kcal	4,80g	2,80g	33,20g	0,00g	0,24g	0,00g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér 1kg	156,00kcal	4,80g	2,80g	33,20g	0,00g	0,24g	0,00g
Kertész leves (diéta) Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	61,76kcal	1,28g	2,98g	7,22g	1,28g	0,12g	0,32g
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	129,00kcal	4,50g	0,50g	27,00g	0,00g	0,28g	0,00g
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,54kcal	16,84g	8,33g	0,65g	0,13g	0,50g	0,20g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Túró 'Tehén' félzsíros 5/1, Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,10g	0,00g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,44g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2021.10.01.-től 2021.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kukorica krémleves tejes Összetétel: Fagy. kukorica, Fokhagyma, Főzőtejszín 10%, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	98,17kcal	5,27g	0,74g	17,13g	1,84g	1,00g	0,31g
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	0,10g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: 'Fodros nagykocka' Tészta, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	106,03kcal	2,15g	2,99g	16,59g	0,89g	0,58g	0,53g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,33kcal	13,25g	12,65g	1,97g	0,42g	1,14g	1,53g
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,10g	0,00g
Meggy mártás 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	200,20kcal	2,30g	4,89g	35,94g	25,25g	0,50g	0,50g
Mézes mustáros csirkefile 'gluténmentes' Összetétel: Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Méz(vegyes virág), Mustár E-mentes Univer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	220,77kcal	17,14g	13,68g	6,99g	5,22g	0,75g	1,00g
Mini dzsem Összetétel: Dzsem 'sárgabarack'	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
Mini vaj Összetétel: Mini vaj 20g	130,60kcal	2,00g	14,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárka (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárka	159,00kcal	3,85g	2,05g	30,45g	4,45g	0,35g	0,35g
Őszibarack rostoslé (dobozos) Összetétel: Dob.gylé 2 dl 50% őszib.-alma	94,00kcal	0,00g	0,00g	22,00g	12,00g	0,00g	0,00g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,50g	1,02g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2021.10.01.-tól 2021.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Halfilé 'Pangasius', Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	1,04g	0,41g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	6,90kcal	0,30g	0,06g	1,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsom leves Összetétel: 'Betű' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	122,24kcal	1,81g	3,09g	21,68g	12,48g	0,13g	0,33g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom 30g	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', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	135,56kcal	3,87g	2,36g	24,61g	10,97g	0,14g	0,24g
Parajfőzelék tejjel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tisztított burgonya	194,73kcal	7,32g	7,04g	24,70g	4,60g	1,09g	2,10g
Párolt csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott'	144,11kcal	20,02g	5,44g	3,26g	0,00g	0,99g	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	0,30g	0,80g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej 0,2L	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
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	374,32kcal	18,35g	20,87g	30,01g	6,85g	0,14g	0,76g
Ráma margarin 10g Összetétel: Minimarg.Ráma 10g	53,00kcal	0,05g	6,00g	0,05g	0,05g	0,00g	1,20g
Riso margarin 10g Összetétel: Minimarg.Riso 10g	22,60kcal	0,00g	2,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
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	1,00g	0,63g
Rostos almalé Összetétel: Dob.gylé 2 dl 50% alma	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2021.10.01.-től 2021.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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	0,50g	0,41g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,65kcal	17,05g	10,23g	1,63g	0,51g	0,99g	0,41g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,99g	0,10g
Spagetti Összetétel: 'Spagetti' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	267,07kcal	2,80g	4,16g	53,90g	0,00g	0,50g	0,30g
Sült csirkecomb Összetétel: Csirkecomb felső 'csontos', Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,30g	0,20g
Sült csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	114,47kcal	19,76g	3,56g	0,40g	0,00g	0,99g	0,30g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: 'Szarvacska' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,50g	0,50g
Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Tisztított burgonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,86g	3,17g	15,21g	0,93g	0,53g	0,32g
Tarhonyás csirke (combfilé) Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Tisztított burgonya, Vöröshagyma	376,08kcal	19,77g	11,76g	45,91g	0,51g	0,99g	0,71g
Tárkonyos csirkeraguleves 'teimentes' Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	115,90kcal	11,19g	4,63g	6,81g	0,78g	7,95g	0,21g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
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 '2,8%'	112,00kcal	6,00g	5,60g	9,20g	9,20g	0,20g	3,40g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2021.10.01.-től 2021.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejbenrizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '2,8%'	258,50kcal	9,19g	5,75g	56,65g	17,20g	0,20g	3,40g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Só 'jódozott', Tejföl '12%', Túró 'Tehén' félzsíros 5/1	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,10g	0,00g
Teljes kiőrlésű kenyér (adalékmentes) Összetétel: Teljes kiőrlésű adalékmentes kenyér 0,75kg	101,20kcal	3,56g	0,72g	18,40g	0,20g	0,60g	0,20g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Toast sonkás szelet allergénmentes	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	0,21g	0,64g
Tört burgonya Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,99g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Sajt 'Trappista'	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	48,10kcal	0,60g	0,06g	11,02g	10,00g	0,50g	0,00g
Vadas pulykaapró Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár E-mentes Univer, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	224,86kcal	18,00g	14,36g	4,79g	0,53g	0,71g	0,61g
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár E-mentes Univer, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	209,88kcal	17,70g	13,44g	3,44g	0,65g	0,51g	0,61g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	151,21kcal	13,07g	8,70g	4,21g	0,09g	0,99g	0,60g
Vagdalt pogácsa burgonyás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,50g	0,26g
Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,20g	0,26g

