

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2025.02.03.	Csipebogyó tea; Csemege szalámi; Liga Margarín; Félbarna kenyér (1)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Bakonyi csirkeragu leves (1, 2, 3, 5)*; Darás metélt (1)*; Baracklevár; Porcukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Fasírt (1, 3, 5)*; Zöldborstfőzelék (1, 2)*;
	EN=326,50kcal FH=9,06g ZS=13,00g SZH=42,88g CK=9,88g SO=1,79g TZS=4,98g	EN=226,90kcal FH=8,47g ZS=7,70g SZH=31,06g CK=0,36g SO=1,72g TZS=4,64g	EN=871,75kcal FH=30,20g ZS=17,16g SZH=146,86g CK=42,85g SO=1,09g TZS=1,57g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,89g SO=0,70g TZS=3,35g	EN=643,46kcal FH=29,67g ZS=27,58g SZH=64,74g CK=26,82g SO=0,94g TZS=2,06g
KEDD 2025.02.04.	Erdel gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarín; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Kenőmájás (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Sajtos panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Törburbonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Bros (1, 2, 3)*; Alma;	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Ketchup;
	EN=316,00kcal FH=11,58g ZS=9,90g SZH=45,61g CK=10,08g SO=1,82g TZS=3,18g	EN=241,60kcal FH=9,22g ZS=10,20g SZH=28,22g CK=0,88g SO=1,72g TZS=4,16g	EN=603,63kcal FH=20,63g ZS=30,04g SZH=106,89g CK=27,62g SO=1,93g TZS=3,90g	EN=311,60kcal FH=6,01g ZS=5,25g SZH=56,52g CK=16,45g SO=0,48g TZS=2,59g	EN=525,36kcal FH=17,04g ZS=17,63g SZH=68,29g CK=10,49g SO=2,93g TZS=1,07g
SZERDA 2025.02.05.	Tej (2)*; Valkrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Dzsem (13)*; Falórzskifli (1, 2, 3)*;	Leneseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Teberizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	Csemege szalámi; Liga Margarín; Félbarna kenyér (1)*;	Gyrosos sertéscsirkok (1, 5)*; Forgalott burgonya kocka;
	EN=298,60kcal FH=14,08g ZS=8,80g SZH=40,96g CK=12,16g SO=1,25g TZS=2,74g	EN=242,62kcal FH=4,33g ZS=3,59g SZH=46,46g CK=19,41g SO=0,40g TZS=1,82g	EN=781,97kcal FH=30,97g ZS=9,19g SZH=162,16g CK=46,81g SO=1,48g TZS=3,13g	EN=286,60kcal FH=9,00g ZS=13,00g SZH=33,42g CK=0,84g SO=1,78g TZS=4,98g	EN=640,47kcal FH=24,66g ZS=33,94g SZH=52,18g CK=0,39g SO=1,32g TZS=1,01g
CSÜTÖRTÖK 2025.02.06.	Citromos tea; Tejfőlés-túró (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Bros (1, 2, 3)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Fejleskáposzta-saláta; Félbarna kenyér (1)*;	Joghurt (2)*; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*;	Csikós tokány (1, 2, 5)*; Tészta 'Orsó' (1)*;
	EN=260,24kcal FH=11,71g ZS=3,35g SZH=45,30g CK=9,82g SO=0,99g TZS=0,06g	EN=274,40kcal FH=5,53g ZS=5,25g SZH=50,12g CK=16,45g SO=0,49g TZS=2,59g	EN=858,49kcal FH=34,38g ZS=33,84g SZH=101,48g CK=8,45g SO=1,89g TZS=1,07g	EN=217,50kcal FH=9,40g ZS=6,00g SZH=29,75g CK=6,35g SO=0,75g TZS=3,90g	EN=655,87kcal FH=24,60g ZS=36,19g SZH=55,43g CK=3,35g SO=0,80g TZS=2,65g
PÉNTEK 2025.02.07.	Csokoládé ízű tej (2)*; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Zsemle (1)*;	Diákcsemege szalámi; Liga Margarín; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Rántott sajt 'mitreilt' (1, 2, 3)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Alma dobozos údíró 100%; Fonnotta (1, 2)*;	Májkrém; Kifli (1, 2)*; Pizzás csiga (1, 2, 4)*;
	EN=402,69kcal FH=15,91g ZS=14,66g SZH=48,64g CK=11,79g SO=1,34g TZS=6,44g	EN=266,90kcal FH=9,38g ZS=12,50g SZH=29,22g CK=0,52g SO=1,74g TZS=4,76g	EN=842,97kcal FH=29,55g ZS=42,15g SZH=80,64g CK=3,25g SO=2,02g TZS=1,98g	EN=235,50kcal FH=4,05g ZS=1,35g SZH=37,90g CK=1,90g SO=0,50g TZS=0,70g	EN=635,45kcal FH=16,93g ZS=34,06g SZH=62,92g CK=5,07g SO=2,73g TZS=1,600g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:

Kiűg

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=Só; TZS=Telített zsír; (*) Allergének; 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Soja; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Héj; 10=Rakéták; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Ken-dió; 14=Csilagfű; 15=Édeslőszőr; 16=Puhatésűek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjen a honlapunkon feltüntetett munkatársainkkal.

"Suli-Host
Étkeztetési Rendszer
3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2025.02.10.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Teljes kiőrlésű gabonás keksz (1, 5)*; Alma;	Gulyásleves (1, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Sajtos pogácsa (1, 2)*;	Eszterházy tokány (1, 2, 11)*; Párolt rizs (5)*;
	EN=281,15kcal FH=9,18g ZS=9,33g SZH=38,80g OK=9,46g SO=1,53g TZS=3,44g	EN=221,60kcal FH=3,80g ZS=6,40g SZH=36,40g OK=9,20g SO=0,19g TZS=3,12g	EN=883,73kcal FH=28,46g ZS=36,64g SZH=108,29g OK=20,79g SO=1,09g TZS=2,83g	EN=270,90kcal FH=6,65g ZS=9,94g SZH=37,59g OK=1,28g SO=1,39g TZS=4,97g	EN=537,25kcal FH=18,70g ZS=32,18g SZH=61,39g OK=1,96g SO=0,84g TZS=1,42g
KEDD 2025.02.11.	Tej (2)*; Napraforgómagos vajkém (2, 6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*;	Karfiol leves (1, 3, 5)*; Sült debreceeni kolbász (1, 4, 11)*; Burgonyafőzelék (1, 2)*; Alma; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Hüsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; Főtt burgonya 1/2; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=331,89kcal FH=14,44g ZS=9,15g SZH=48,02g OK=12,58g SO=1,24g TZS=2,56g	EN=227,05kcal FH=6,14g ZS=10,28g SZH=26,54g OK=1,69g SO=0,26g TZS=1,83g	EN=613,80kcal FH=24,47g ZS=33,35g SZH=98,21g OK=2,87g SO=1,59g TZS=8,26g	EN=267,90kcal FH=9,06g ZS=9,30g SZH=36,03g OK=10,95g SO=0,54g TZS=5,63g	EN=734,33kcal FH=27,35g ZS=25,52g SZH=100,39g OK=18,82g SO=1,32g TZS=0,71g
SZERDA 2025.02.12.	Meggyes gyümölcs Tea; Kenőmájás (1, 2, 4)*; Zsemle (1)*; Kigyóuborka;	Kakós csiga (1; 2)*;	Lebbensleves (1, 5)*; Hentes tokány (1, 11)*; Párolt rizs (5)*; Narancs;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*;	Leesós csirkecombfilé (1, 5)*; Bulgur (1, 5)*;
	EN=293,55kcal FH=6,82g ZS=10,18g SZH=40,15g OK=9,71g SO=1,52g TZS=4,24g	EN=292,60kcal FH=3,76g ZS=14,63g SZH=35,49g OK=12,53g SO=0,49g TZS=7,35g	EN=828,21kcal FH=26,96g ZS=39,39g SZH=106,16g OK=3,29g SO=1,98g TZS=3,39g	EN=303,60kcal FH=17,36g ZS=14,50g SZH=24,31g OK=0,41g SO=1,70g TZS=8,57g	EN=485,58kcal FH=22,73g ZS=17,37g SZH=50,99g OK=2,48g SO=1,09g TZS=1,65g
CSÜTÖRTÖK 2025.02.13.	Tejeskávé ízű tej (2)*; Vajkém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Paradicsomleves betűasztával (1, 3, 5)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*; Alma;	Kefir (2)*; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*;	Citromos tea; Big Burger (1, 2, 4, 11)*;
	EN=346,02kcal FH=14,15g ZS=8,66g SZH=52,87g OK=11,76g SO=1,16g TZS=2,20g	EN=266,85kcal FH=7,90g ZS=12,93g SZH=28,73g OK=0,22g SO=1,57g TZS=5,24g	EN=851,43kcal FH=25,56g ZS=34,31g SZH=102,11g OK=19,48g SO=1,87g TZS=7,72g	EN=214,50kcal FH=9,10g ZS=5,85g SZH=29,45g OK=6,05g SO=0,75g TZS=3,75g	EN=710,80kcal FH=31,62g ZS=33,94g SZH=64,18g OK=10,31g SO=3,34g TZS=13,19g
PÉNTEK 2025.02.14.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Mákos búrkifli (1, 2)*;	Négyhagymás krémleves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Csemege uborka (11)*;	Kockasajt (2)*; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*;	Alma; Zsemle (1)*; Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Sajtos szál (1, 2)*;
	EN=292,89kcal FH=10,40g ZS=9,83g SZH=40,50g OK=9,46g SO=1,61g TZS=3,44g	EN=269,50kcal FH=5,25g ZS=13,79g SZH=31,08g OK=0,00g SO=0,48g TZS=5,88g	EN=668,81kcal FH=32,86g ZS=37,76g SZH=95,00g OK=9,63g SO=3,14g TZS=0,98g	EN=219,50kcal FH=7,50g ZS=7,60g SZH=28,51g OK=0,38g SO=1,84g TZS=4,85g	EN=598,45kcal FH=12,93g ZS=30,37g SZH=65,93g OK=1,41g SO=2,38g TZS=11,98g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:

Kiűg

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO; TZS=Telített zsírsav; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sojába; 5=Zeller; 6=Diófélék;
mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Héj; 10=Fakték; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesítőszor; 16=Puhítósúvek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információjával kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett
munkatársainkál.

**"Suli-Host
Étkészítési Rendszer
3.0"**

HÉTFŐ 2025.02.17.	KEDD 2025.02.18.	SZERDA 2025.02.19.	CSÜTÖRTÖK 2025.02.20.	PÉNTEK 2025.02.21.
<p>Reggeli</p> <p>Citromos tea; Pizzás csiga (1, 2, 4)*;</p>	<p>Tízórai</p> <p>Gyümölcsös krémioghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;</p>	<p>Ebéd A</p> <p>Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Rizlibizli (5)*; Csemege uborka (11)*;</p>	<p>Uzsonna</p> <p>Briós (1, 2, 3)*; Mandarin;</p>	<p>Vacsora</p> <p>Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Finomfélélek (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;</p>
<p>EN=386, 14kcal FH=8,80g ZS=17,60g SZH=46,65g CK=12,48g SO=1,52g TZS=9,60g</p>	<p>EN=305, 12kcal FH=8,45g ZS=7,59g SZH=48,96g CK=22,41g SO=0,65g TZS=4,57g</p>	<p>EN=711, 23kcal FH=25,84g ZS=29,98g SZH=115,42g CK=5,23g SO=3,63g TZS=4,57g</p>	<p>EN=305, 30kcal FH=6,02g ZS=5,25g SZH=56,98g CK=16,45g SO=0,49g TZS=2,59g</p>	<p>EN=547, 28kcal FH=32,10g ZS=15,38g SZH=67,93g CK=15,32g SO=1,49g TZS=1,57g</p>
<p>Cskoládé ízű tej (2)*; Valkrém (2)*; Zsemle (1)*;</p>	<p>Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradiosom;</p>	<p>Filézett halászlé (5, 9)*; Túrós térsza (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;</p>	<p>Sonkás krém 50g Eurofood Hidegcs; Kifli (1, 2)*;</p>	<p>Sajtós korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*;</p>
<p>EN=329, 69kcal FH=12,85g ZS=8,70g SZH=49,35g CK=11,71g SO=0,97g TZS=2,57g</p>	<p>EN=272, 30kcal FH=9,38g ZS=13,10g SZH=29,12g CK=0,42g SO=1,78g TZS=5,16g</p>	<p>EN=786, 30kcal FH=37,27g ZS=24,41g SZH=104,84g CK=26,81g SO=3,94g TZS=3,64g</p>	<p>EN=285, 85kcal FH=8,13g ZS=16,46g SZH=25,32g CK=1,63g SO=1,21g TZS=6,40g</p>	<p>EN=479, 94kcal FH=15,49g ZS=18,07g SZH=56,58g CK=0,17g SO=1,81g TZS=5,73g</p>
<p>Tej (2)*; Petrezselymes tojástkém (2, 3, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;</p>	<p>Paradiosomos halpástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;</p>	<p>Májgulaskeles (1, 3, 5)*; Amerikai palacsinta (1, 2, 3)*; Vanília öntet (1, 2)*;</p>	<p>Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;</p>	<p>Bácskai rizsesnus (5)*; Alma befőtt;</p>
<p>EN=384, 21kcal FH=16,75g ZS=11,71g SZH=46,69g CK=12,66g SO=1,68g TZS=5,13g</p>	<p>EN=288, 80kcal FH=8,78g ZS=12,80g SZH=29,58g CK=0,44g SO=1,36g TZS=1,88g</p>	<p>EN=733, 65kcal FH=33,22g ZS=17,96g SZH=106,53g CK=38,94g SO=2,21g TZS=4,08g</p>	<p>EN=317, 55kcal FH=17,30g ZS=14,43g SZH=28,73g CK=0,22g SO=1,79g TZS=8,54g</p>	<p>EN=626, 48kcal FH=22,42g ZS=34,32g SZH=120,04g CK=11,19g SO=1,10g TZS=1,12g</p>
<p>Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;</p>	<p>Joghurt (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*;</p>	<p>Zöldborsóleves csipekkel (1, 3, 5)*; Milánói szósz hússal (1)*; Makaróni (1)*; Sajt szórát (2)*; Alma;</p>	<p>Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*; Kockasajt (2)*; Barán;</p>	<p>Erdei gyümölcsös tea; Baconos pékángos (1, 2, 13)*;</p>
<p>EN=281, 39kcal FH=9,90g ZS=9,73g SZH=38,50g CK=9,46g SO=1,61g TZS=3,44g</p>	<p>EN=267, 90kcal FH=9,06g ZS=9,30g SZH=36,03g CK=10,95g SO=0,54g TZS=5,63g</p>	<p>EN=776, 03kcal FH=33,16g ZS=32,74g SZH=84,31g CK=10,34g SO=1,90g TZS=5,20g</p>	<p>EN=427, 50kcal FH=10,10g ZS=7,60g SZH=76,41g CK=0,35g SO=1,94g TZS=4,80g</p>	<p>EN=358, 90kcal FH=11,38g ZS=13,50g SZH=45,77g CK=9,94g SO=1,40g TZS=5,70g</p>
<p>Tejeskávé ízű tej (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;</p>	<p>Kejfir (2)*; Fonoitka (1, 2)*;</p>	<p>Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Almamartás (1, 2)*; Piritott dara (1)*;</p>	<p>Diákcsmege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;</p>	<p>Mákos búrkifli (1, 2)*; Májkrem; Kifli (1, 2)*; Alma;</p>
<p>EN=378, 82kcal FH=16,04g ZS=11,26g SZH=53,57g CK=11,71g SO=1,95g TZS=6,80g</p>	<p>EN=237, 50kcal FH=8,85g ZS=6,60g SZH=34,60g CK=7,60g SO=0,65g TZS=4,15g</p>	<p>EN=820, 94kcal FH=37,77g ZS=22,26g SZH=97,87g CK=29,69g SO=2,21g TZS=1,49g</p>	<p>EN=275, 40kcal FH=9,48g ZS=12,50g SZH=31,27g CK=3,02g SO=1,74g TZS=4,76g</p>	<p>EN=592, 59kcal FH=13,86g ZS=30,25g SZH=64,80g CK=1,63g SO=1,69g TZS=1,22g</p>

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
Kiug

Tápanyagtartalom: EN=Számitott energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=Só; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Ráktétlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilaggyök; 15=Édesítőszer; 16=Fühatások
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainkkal.

"Suli-Host
Étkeztetési Rendszer
3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2025.02.22.	Citromos tea; Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Rizsleves (5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Spenót (1, 2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Joghurt (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Pulykasült (5)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=373,84kcal FH=19,40g ZS=14,50g SZH=42,47g CK=9,89g SO=1,94g TZS=8,28g	EN=219,00kcal FH=5,89g ZS=3,00g SZH=41,82g CK=0,84g SO=0,94g TZS=0,78g	EN=654,77kcal FH=42,16g ZS=21,06g SZH=69,39g CK=10,59g SO=1,90g TZS=2,09g	EN=227,40kcal FH=10,32g ZS=6,00g SZH=33,06g CK=6,36g SO=0,99g TZS=3,84g	EN=492,77kcal FH=29,17g ZS=16,06g SZH=54,73g CK=12,49g SO=1,36g TZS=0,63g
VASÁRNAP 2025.02.23.	Citromos tea; Sajtkém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Félbarna kenyér (1)*;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Lecsós szelet (1, 5)*; Párolt rizs (5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Kifli (1, 2)*; Alma;	Teljedara (1, 2)*; Kakao cukor (1, 4, 13)*; Alma;
	EN=289,24kcal FH=8,59g ZS=7,70g SZH=46,41g CK=9,82g SO=1,72g TZS=4,66g	EN=261,00kcal FH=8,01g ZS=9,79g SZH=35,25g CK=0,84g SO=1,29g TZS=1,29g	EN=692,18kcal FH=33,40g ZS=25,11g SZH=100,86g CK=3,65g SO=2,06g TZS=2,26g	EN=164,05kcal FH=4,01g ZS=1,16g SZH=33,17g CK=1,63g SO=0,47g TZS=0,60g	EN=433,65kcal FH=14,54g ZS=5,95g SZH=76,71g CK=40,40g SO=0,45g TZS=3,35g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
Kiúg

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákkélek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestiek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál!

"Sull-Host
Étkeztetési Rendszer
3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2025.02.24.	Zöldtea-citrusos; Sajt (2)*; Liga Margarin; Hosszú zsemle (1)*; Zöldpaprika;	Csikemájkrém 50g; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*;	Daragalskaleves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Kelkáposzta főzék (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Mandarin;	Bebo Mini Margarin; Rozsos párna (1, 12)*;	Citromos tea; Pizza (1, 2)*;
	EN=332,51kcal FH=1,482g ZS=1,188g SZH=40,00g CK=9,26g SO=1,53g TZS=7,04g	EN=256,50kcal FH=9,95g ZS=1,55g SZH=26,20g CK=0,35g SO=1,25g TZS=3,05g	EN=987,13kcal FH=34,31g ZS=35,64g SZH=100,07g CK=2,97g SO=1,65g TZS=1,38g	EN=201,18kcal FH=4,93g ZS=6,24g SZH=30,46g CK=0,45g SO=0,62g TZS=1,20g	EN=703,55kcal FH=27,05g ZS=26,06g SZH=84,11g CK=1,478g SO=2,69g TZS=5,74g
	Tiramisu ízű tej (2)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Gombakrémléves (1, 2, 3, 5)*; Sertésrizottó (5)*; Alma befőtt;	Teljes kiőrlésű gabonás keksz (1, 5)*; Banán;	Mexikói ragu (1, 5)*; Tórtburgonya (5)*;
	EN=359,42kcal FH=12,77g ZS=8,57g SZH=57,00g CK=17,77g SO=0,71g TZS=4,63g	EN=241,28kcal FH=9,10g ZS=9,33g SZH=29,33g CK=0,42g SO=1,53g TZS=3,44g	EN=803,40kcal FH=30,47g ZS=36,73g SZH=149,67g CK=1,414g SO=1,45g TZS=1,67g	EN=394,40kcal FH=5,92g ZS=6,40g SZH=76,40g CK=9,20g SO=0,18g TZS=3,12g	EN=527,40kcal FH=24,48g ZS=18,75g SZH=59,38g CK=2,39g SO=0,78g TZS=1,51g
KEDD 2025.02.25.	Csipkebogyó tea; Sonkakrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Bugaci sertés szelet (1, 2, 3, 5)*; Tórtburgonya (5)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Bakonyi tokány (1, 2)*; Szarvascska tészta (1)*;
	EN=258,00kcal FH=8,87g ZS=4,60g SZH=44,88g CK=9,98g SO=1,60g TZS=0,34g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=1,463g SZH=35,49g CK=12,53g SO=0,49g TZS=7,35g	EN=742,07kcal FH=30,64g ZS=24,96g SZH=91,30g CK=25,97g SO=0,90g TZS=2,53g	EN=272,30kcal FH=9,38g ZS=13,10g SZH=29,12g CK=0,42g SO=1,78g TZS=5,16g	EN=603,54kcal FH=23,62g ZS=30,61g SZH=56,30g CK=3,07g SO=0,63g TZS=1,37g
SZERDA 2025.02.26.	Madártej ízű tej (2)*; Napraforgómagos vajkém (2, 6, 8, 12, 13)*; Zsemle (1)*;	Brós (1, 2, 3)*;	Pasztorleves (1, 5)*; Mézes-mustáros csirke csirkó (1, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Narancs;	Zöldfűszeres hampástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Gyümölcs tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Ketchup;
	EN=334,34kcal FH=12,99g ZS=8,95g SZH=49,60g CK=11,71g SO=0,98g TZS=2,57g	EN=274,40kcal FH=5,53g ZS=5,25g SZH=50,12g CK=16,45g SO=0,48g TZS=2,29g	EN=747,12kcal FH=33,15g ZS=24,11g SZH=115,10g CK=9,73g SO=1,33g TZS=2,28g	EN=279,50kcal FH=9,20g ZS=12,86g SZH=31,42g CK=0,44g SO=1,38g TZS=1,89g	EN=528,72kcal FH=17,13g ZS=17,69g SZH=68,70g CK=10,45g SO=2,93g TZS=5,70g
CSÜTÖRTÖK 2025.02.27.	Zöldtea-citrusos; Diákcseszege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Fonottka (1, 2)*; Banán;	Csirkeragu leves (1, 3, 5)*; Kukorica prósza (1, 2, 3)*; Erdei gyümölcs öntet (1)*;	Gyümölcsös krémoghurt (1, 2)*; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*;	Dzsem (13)*; Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Zsemle (1)*; Alma;
	EN=332,60kcal FH=9,58g ZS=12,50g SZH=44,98g CK=9,98g SO=1,74g TZS=4,58g	EN=273,50kcal FH=5,61g ZS=1,35g SZH=57,94g CK=1,90g SO=0,50g TZS=0,70g	EN=882,70kcal FH=30,45g ZS=34,08g SZH=109,05g CK=39,43g SO=0,72g TZS=4,93g	EN=249,50kcal FH=8,42g ZS=4,60g SZH=41,25g CK=1,660g SO=0,63g TZS=3,05g	EN=589,75kcal FH=13,52g ZS=18,13g SZH=69,67g CK=1,685g SO=2,16g TZS=9,92g
PÉNTEK 2025.02.28.					

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kerytergyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: rend@szuli-host.hu

Étlap név:
Klug

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=Só; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Flakélek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Ciliagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

"Suli-Host"
Étkezései Rendszer
3.0"

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma befőtt Összetétel: Alma befőtt	68,00kcal	0,00g	0,00g	62,40g	10,56g	0,00g	0,00g
Alma dobozos üdítő 100% Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Almakompót Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Szegfűszeg	83,54kcal	0,28g	0,08g	19,75g	19,72g	0,00g	0,00g
Almaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	206,43kcal	2,62g	0,93g	45,29g	29,21g	0,06g	0,00g
Almamártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőjezsin, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	222,30kcal	2,83g	1,67g	47,20g	28,24g	0,25g	0,28g
Amerikai palacsinta Összetétel: Fagy. amerikai palacsinta	288,00kcal	7,68g	6,12g	48,60g	19,56g	1,07g	0,96g
Aprópecsenye Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	342,20kcal	18,18g	26,72g	4,95g	0,48g	0,36g	0,31g
Baconos péklángos Összetétel: fagy. baconos péklángos 170 g	319,00kcal	11,30g	13,50g	36,30g	0,90g	1,40g	5,70g
Bácskai rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	558,48kcal	22,42g	34,32g	57,64g	0,63g	1,10g	1,12g
Bakonyi csirkeragu leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	197,50kcal	16,40g	7,36g	15,37g	1,57g	0,49g	0,43g
Bakonyi tokány Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	294,91kcal	15,08g	23,19g	4,43g	0,27g	0,44g	0,46g
Banán Összetétel: Banán	210,00kcal	2,60g	0,00g	48,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Banán Összetétel: Banán	126,00kcal	1,56g	0,00g	29,04g	0,00g	0,00g	0,00g
Baracklekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	73,80kcal	0,11g	0,03g	18,06g	18,00g	0,03g	0,00g
Bebo Mini Margarin Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Big Burger Összetétel: Fagy. hamburger pogácsa 120g (Matusz), Fejes saláta, Ketchup, Kigyó uborka, Lapkasajt, Lilahagyma, Paradicsom, Zsemle Hamburger nagy briós 86 g (Matusz)	674,26kcal	31,62g	33,94g	55,13g	1,28g	3,34g	13,19g
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	274,40kcal	5,53g	5,25g	50,12g	16,45g	0,49g	2,59g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Bugaci sertés szelet Összetétel: 'Fűszer' - Húspuhító, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt szalonna, Petrezselyem zöld, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,13kcal	21,70g	11,40g	4,27g	0,38g	0,39g	0,50g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	341,67kcal	7,57g	9,97g	47,65g	1,92g	0,60g	1,23g
Burgonyafőzelék Összetétel: 10%-os ételectet, Babérlevél, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Majoranna, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	311,80kcal	7,51g	6,29g	51,83g	0,13g	0,36g	0,40g
Burgonyagombóc leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	160,43kcal	3,90g	3,96g	20,31g	1,43g	0,98g	0,40g
Burgonyapüré Összetétel: Aro margarin, Burgonya, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%'	326,30kcal	7,61g	10,89g	45,08g	2,76g	0,49g	4,57g
Citromos tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	36,54kcal	0,00g	0,00g	9,05g	9,04g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,84g	4,20g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	14,00kcal	0,60g	0,10g	2,40g	1,90g	1,50g	0,00g
Csikos tokány Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	330,66kcal	16,06g	26,93g	3,56g	0,55g	0,63g	1,54g
Csipkebogyó tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Csirke nuggets Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Csirke nuggets	205,06kcal	8,80g	10,43g	18,40g	0,00g	1,20g	3,13g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g
Csirkeraguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	253,60kcal	18,92g	6,84g	27,78g	4,01g	0,52g	0,53g
Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejjelítő, Tej '1,5%'	141,04kcal	7,75g	3,77g	19,38g	11,50g	0,25g	2,25g
Csontleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	127,64kcal	3,86g	3,04g	20,66g	1,38g	0,54g	0,41g
Daragaluskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes metélt tészta	220,15kcal	6,38g	5,24g	35,11g	1,47g	0,59g	0,72g
Darás metélt Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	419,17kcal	11,08g	9,53g	71,69g	2,80g	0,22g	1,11g
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Eper-csipkebogyó gyümölcs tea Összetétel: Betétlív, Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Erdei gyümölcs öntet Összetétel: Fagy. erdei keverék, Fahéj, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Puding por, Szegfűszeg	46,88kcal	0,45g	0,08g	10,75g	6,07g	0,01g	0,01g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcsstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Eszterházy tokány Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Órölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	283,44kcal	14,14g	21,84g	5,80g	1,74g	0,39g	0,32g
Fahéjas cukor Összetétel: Fahéj, Porcukor	64,97kcal	0,02g	0,00g	16,11g	16,01g	0,00g	0,00g
Fahéjas szilvaleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg	212,82kcal	3,12g	1,83g	44,53g	25,45g	0,13g	0,83g
Fasírt Összetétel: Csemege paprika, Ételizező só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félégyházi morzsa, Fokhagyma, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	313,42kcal	13,81g	23,08g	10,93g	0,84g	0,57g	0,95g
Fatörzskifli Összetétel: Fatörzskifli 57g	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Fejeskáposzta-saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	57,28kcal	1,63g	0,22g	11,92g	6,00g	0,22g	0,01g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,34g	0,60g	33,36g	0,78g	0,84g	0,06g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	64,08kcal	2,14g	0,24g	13,34g	0,31g	0,34g	0,02g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	106,80kcal	3,56g	0,40g	22,24g	0,52g	0,56g	0,04g
Filézett halászlé Összetétel: Csemege paprika, Ételizező só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Fokhagyma, Halászlé sűrítmény, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	126,36kcal	9,81g	7,71g	6,13g	3,49g	3,16g	2,79g
Finomfőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. finomfőzelék, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	259,34kcal	8,52g	4,52g	45,10g	14,71g	0,59g	1,03g
Fonott kalács Összetétel: Fonott kalács, Fonott kalács	217,80kcal	5,02g	4,82g	37,49g	6,27g	0,46g	2,38g
Fonotka Összetétel: Fonotka 50g	147,50kcal	4,05g	1,35g	28,90g	1,90g	0,50g	0,70g
Forgatott burgonya kocka Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	256,54kcal	5,50g	6,18g	40,48g	0,00g	0,67g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Főtt burgonya 1/2 Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott', főzővíz'	103,40kcal	2,75g	0,33g	20,24g	0,00g	0,03g	0,00g
GombakréMLEVES Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főzőtejszín, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	149,12kcal	5,47g	3,22g	23,77g	1,41g	0,49g	0,62g
Gombaleves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	97,36kcal	3,64g	3,34g	12,59g	1,08g	0,48g	0,26g
Gulyásleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	309,34kcal	14,24g	16,98g	22,20g	1,86g	0,56g	0,32g
Gyrosos sertéscsík Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Gyros fűszerkeverék, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	383,93kcal	19,16g	27,76g	11,70g	0,36g	0,65g	0,41g
Gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	189,62kcal	2,55g	2,20g	38,88g	24,39g	0,12g	0,44g
Gyümölcsös krémjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Hentes tokány Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	322,90kcal	15,93g	24,86g	6,77g	0,38g	0,88g	1,48g
Hosszú zsemle Összetétel: Hosszú zsemle53g	136,21kcal	4,08g	0,53g	27,77g	0,16g	0,64g	0,32g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Mustár, Virsli Pulyka Gallicoop	467,92kcal	16,97g	17,63g	58,10g	0,60g	2,77g	5,70g
Húsgombóc Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	296,45kcal	16,00g	19,58g	18,41g	0,43g	0,37g	0,12g
Húsgombócleves Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojáspor, Vöröshagyma	283,46kcal	13,73g	17,33g	16,16g	0,99g	0,50g	0,37g
Húsos tarhonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	664,94kcal	28,01g	30,66g	65,53g	3,27g	1,05g	0,83g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	292,60kcal	3,78g	14,63g	35,49g	12,53g	0,49g	7,35g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	78,85kcal	1,00g	1,05g	15,55g	15,00g	0,00g	0,65g
Karfiolleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizszem tészta, Vöröshagyma	158,81kcal	5,23g	3,15g	26,57g	2,40g	0,52g	0,40g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kelkáposzta főzelék Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	230,51kcal	7,10g	3,57g	40,39g	0,41g	0,27g	0,31g
Kenőmájás Összetétel: Kenőmájás	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g
Kertészleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	109,50kcal	3,74g	2,53g	17,45g	1,64g	0,52g	0,34g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g
Kifli Összetétel: Kifli 43g	126,85kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Kigyóuborka Összetétel: Kigyó uborka	6,00kcal	0,50g	0,05g	0,85g	0,00g	0,00g	0,00g
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,26g	0,00g	1,24g	4,50g
Kukorica prósza Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Kefir literes, Kristálycukor, Kukoricadara, Tejföl '12%', Tojáslé	582,22kcal	11,08g	27,16g	70,52g	29,36g	0,19g	4,39g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	155,50kcal	13,00g	11,50g	0,00g	0,00g	1,00g	7,50g
Lebbencsleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes nagykocka tészta, Vöröshagyma	202,31kcal	5,75g	4,13g	33,61g	2,70g	0,65g	0,81g
Lecsós csirkecombfilé Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	143,91kcal	15,15g	7,40g	3,33g	0,56g	0,50g	0,41g
Lecsós szelet Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Kristálycukor, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	203,40kcal	20,65g	11,28g	3,38g	0,83g	0,62g	0,63g
Lencseleves Összetétel: 10%-os ételetcet, Babérlevél, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Lencse, Mustár, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	251,34kcal	13,66g	4,14g	38,29g	1,80g	0,55g	0,29g
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	7,95g	0,90g	0,14g	0,00g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	21,60kcal	0,06g	2,40g	0,06g	0,06g	0,10g	0,72g
Madártej ízű tej Összetétel: Gf instant madártej ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	142,20kcal	7,75g	3,77g	19,52g	11,50g	0,25g	2,25g
Májgaluskaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	258,51kcal	16,87g	7,64g	29,32g	1,95g	0,80g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Májkrem Összetétel: Sonkás májaskrem	159,00kcal	4,60g	15,30g	0,55g	0,00g	0,74g	5,80g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,16g	5,16g	2,40g	1,34g	0,32g	0,68g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes makaróni	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g
Mákos búrkifli Összetétel: Búrkifli 'Mákos' 50g, Búrkifli 'Mákos' 70g	269,50kcal	5,25g	13,79g	31,08g	0,00g	0,48g	5,88g
Mákos cukor Összetétel: Mák, Porcukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,93g	0,01g	1,50g
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélt tészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,19g	0,91g
Mandarin Összetétel: Mandarin	31,50kcal	0,49g	0,00g	6,86g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Mexikói ragu Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	210,27kcal	18,66g	7,02g	16,88g	2,26g	0,40g	0,30g
Méz Összetétel: Vegyes virág méz	45,00kcal	0,05g	0,00g	12,36g	12,32g	0,02g	0,00g
Mézes-mustáros csirke csíkok Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	242,04kcal	22,65g	8,26g	18,54g	6,91g	0,39g	0,31g
Milánói szósz hússal Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	283,31kcal	15,03g	19,35g	10,75g	4,15g	0,84g	1,07g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
Mustár Összetétel: Mustár	10,00kcal	0,41g	0,47g	0,88g	0,00g	0,10g	0,02g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	51,69kcal	1,00g	4,66g	1,41g	0,05g	0,08g	0,00g
Narancs Összetétel: Narancs	49,20kcal	0,72g	0,00g	10,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Négyhagymás krémleves Összetétel: Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélőhagyma, Fagy. póréhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	115,17kcal	3,05g	2,80g	19,13g	3,56g	0,45g	0,16g
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizelő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Kömény, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	609,48kcal	26,74g	30,33g	55,56g	0,76g	0,79g	0,62g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves betűtésztával Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	228,43kcal	5,40g	5,40g	39,14g	18,78g	0,53g	0,64g
Paradicsommártás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	227,68kcal	5,04g	5,21g	39,50g	17,87g	0,36g	0,55g
Paradicsomos halpástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Paradicsomos halpástétom Összetétel: Paradicsomos halpástétom	134,40kcal	3,56g	12,20g	2,52g	0,08g	0,52g	1,64g
Párolt rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	253,81kcal	4,56g	10,34g	55,59g	0,22g	0,45g	1,10g
Pásztorleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	183,72kcal	5,15g	3,67g	30,49g	2,43g	0,63g	0,65g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz'	285,01kcal	5,89g	8,06g	42,58g	0,17g	0,37g	0,80g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	272,16kcal	4,64g	12,18g	55,87g	0,39g	0,31g	1,31g
Petrezselymes tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	94,01kcal	3,91g	7,36g	0,58g	0,13g	0,52g	2,57g
Pirított dara Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	172,36kcal	3,76g	4,08g	29,36g	0,00g	0,50g	0,40g
Pizza Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Ketchup, Kristálycukor, Oregánó, Pizzalap, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Trappista sajt, Vöröshagyma	667,01kcal	27,05g	26,06g	75,07g	5,74g	2,69g	5,74g
Pizzás csiga Összetétel: Pizzás csiga 50g, Pizzás csiga 70g	349,60kcal	8,80g	17,60g	37,60g	3,44g	1,52g	9,60g
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Pulyka pörkölt Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	219,94kcal	20,86g	12,55g	4,50g	0,59g	0,46g	0,42g
Pulykasült Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	179,54kcal	20,44g	9,64g	1,32g	0,24g	0,43g	0,10g
Rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Lecsókolbász, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojás főzött, tisztított	585,80kcal	19,69g	28,91g	54,57g	0,70g	1,34g	7,09g
Rántott sajt 'mirelit' Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. panírozott sajt	217,70kcal	9,75g	11,60g	19,50g	0,75g	0,83g	0,12g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rizibizi Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	286,08kcal	6,87g	10,50g	60,47g	2,26g	0,45g	1,13g
Rizsleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	88,35kcal	2,30g	2,25g	20,10g	1,76g	0,50g	0,24g
Rozsos párna Összetétel: Rozsos párna 56g	169,68kcal	4,93g	2,74g	30,46g	0,45g	0,62g	0,50g
Sajt Összetétel: Trappista sajt	124,80kcal	10,00g	8,80g	1,20g	0,00g	0,80g	6,00g
Sajt szórát Összetétel: Trappista sajt	62,40kcal	5,00g	4,40g	0,60g	0,00g	0,40g	3,00g
Sajtkrém Összetétel: Natúr sajtkrém	92,50kcal	3,25g	7,10g	4,00g	0,00g	0,88g	4,60g
Sajtos korong Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Sajtos korong Hungerit	194,93kcal	9,60g	10,01g	16,00g	0,00g	1,44g	2,93g
Sajtos panírozott halfilé Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Halfilé sajttal	240,09kcal	12,10g	10,95g	23,10g	1,76g	1,10g	1,57g
Sajtos pogácsa Összetétel: Sajtos pogácsa 50g, Sajtos pogácsa 70g	270,90kcal	6,65g	9,94g	37,59g	1,26g	1,89g	4,97g
Sajtos szál Összetétel: Sajtos rúd 50g, Sajtos rúd 70g	320,60kcal	5,60g	20,72g	27,09g	1,19g	1,33g	10,43g
Sajtos szelet Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tej '1,5%', Tejföl '12%', Trappista sajt	294,77kcal	28,27g	14,56g	11,22g	1,24g	0,88g	4,08g
Sárgaborsókrém-leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	206,09kcal	9,57g	2,95g	34,15g	1,08g	0,47g	0,31g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	20,00kcal	0,60g	0,10g	4,05g	2,50g	0,00g	0,00g
Sárgarépafozelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	306,10kcal	8,96g	5,43g	52,26g	22,20g	0,66g	1,30g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	79,20kcal	4,80g	6,40g	0,60g	0,20g	0,80g	2,40g
Sertés sült Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Sertés fűszerkeverék, Sertés tarja, Só 'jódozott'	163,82kcal	20,02g	8,53g	0,60g	0,10g	0,36g	0,09g
Sertés sült Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés fűszerkeverék, Sertés karaj, Sertés karaj 'csn' szeletelt, Só 'jódozott'	181,14kcal	20,02g	10,46g	0,59g	0,09g	0,35g	0,30g
Sertéspörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. piritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	340,88kcal	18,20g	26,79g	4,37g	0,78g	0,46g	0,32g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sertésrizottó Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	586,27kcal	25,00g	33,51g	63,50g	2,17g	0,97g	1,05g
Sonkakrém Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	57,90kcal	3,45g	4,00g	2,05g	0,16g	0,76g	0,28g
Sonkás krém 50g Eurofood Hidegcs Összetétel: Sonkás májaskrém	159,00kcal	4,60g	15,30g	0,55g	0,00g	0,74g	5,80g
Spenót Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	224,41kcal	9,62g	5,93g	32,96g	8,60g	0,45g	1,30g
Sült debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó'	252,22kcal	9,17g	23,68g	0,59g	0,20g	1,37g	7,37g
Sült virsli Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Virsli Pulyka Gallicoop	221,30kcal	9,12g	19,69g	1,82g	0,30g	1,52g	5,71g
Sültcsirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	265,85kcal	27,28g	12,55g	0,99g	0,03g	0,48g	0,40g
Szarvacskateészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', főzővíz', Tojásmentes szarvacskateészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,19g	0,91g
Tarhonyaleves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma	185,34kcal	4,82g	5,54g	27,35g	2,27g	0,71g	1,30g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	110,00kcal	7,50g	3,75g	11,75g	11,75g	0,33g	2,50g
Tejbedara Összetétel: Búzadara, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	317,60kcal	13,06g	4,90g	54,76g	25,40g	0,45g	2,70g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	352,30kcal	13,76g	4,71g	84,03g	28,80g	0,45g	2,70g
Tejeskávé ízű tej Összetétel: Tej '1,5%', Vita-d tejeskávé (Gast-Food)	126,13kcal	7,45g	3,56g	16,21g	10,93g	0,24g	2,14g
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	56,80kcal	1,36g	4,80g	1,60g	0,00g	0,01g	0,00g
Tejfölös-túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	53,50kcal	5,77g	2,60g	1,40g	0,00g	0,09g	0,00g
Teljes kiörlésű egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiörlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,35g	0,60g	0,30g
Teljes kiörlésű gabonás keksz Összetétel: Gabonás keksz	184,40kcal	3,32g	6,40g	28,00g	9,20g	0,18g	3,12g
Teljes kiörlésű kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	134,40kcal	5,22g	0,60g	27,06g	0,36g	0,84g	0,24g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.02.01.-től 2025.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	76,16kcal	2,96g	0,34g	15,33g	0,20g	0,48g	0,14g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	53,76kcal	2,09g	0,24g	10,82g	0,14g	0,34g	0,10g
Teljes kiőrlésű zsemle Összetétel: Teljes kiőrlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,35g	0,60g	0,35g
Tészta 'Orsó' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzvíz', Tojásmentes orsó tészta	325,21kcal	8,54g	9,26g	51,87g	2,80g	0,17g	1,11g
Tiramisu ízű tej Összetétel: Gf instant tiramisu ízű tejjeszítő, Tej '1,5%'	141,62kcal	7,75g	3,75g	19,51g	11,50g	0,25g	2,25g
Tojáskrém Összetétel: Aro margarin, Mustár, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt	121,20kcal	3,92g	10,36g	0,59g	0,13g	0,45g	3,87g
Tökfőzelék Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	206,43kcal	5,17g	6,02g	31,17g	11,67g	0,37g	0,48g
Törtburgonya Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzvíz'	317,12kcal	5,82g	11,73g	42,51g	0,13g	0,39g	1,20g
Túró Összetétel: Félzsíros tehéntúró	116,00kcal	14,00g	5,00g	3,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Túrós tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzvíz', Tojásmentes nagykocka tészta	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,21g	0,81g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	48,20kcal	0,86g	4,40g	1,30g	0,05g	0,08g	0,00g
Vanília öntet Összetétel: Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Tej '1,5%', Vaníliás cukor	187,14kcal	8,68g	4,20g	28,60g	17,42g	0,35g	2,52g
Virslí Összetétel: Virslí Pulyka Gallicoop	106,00kcal	4,80g	9,20g	0,96g	0,16g	0,80g	2,88g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	82,80kcal	5,60g	6,80g	0,72g	0,20g	0,88g	2,40g
Zöldbabfőzelék Összetétel: 10%-os ételecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	234,07kcal	8,34g	5,55g	35,13g	9,11g	0,38g	0,50g
Zöldborsófőzelék Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	330,04kcal	15,86g	4,50g	53,81g	25,68g	0,37g	1,11g
Zöldborsóleves csipetkével Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke tészta, Vöröshagyma	92,78kcal	4,11g	2,50g	12,69g	3,39g	0,49g	0,32g
Zöldborsós csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	237,15kcal	23,92g	9,42g	5,71g	1,26g	0,35g	0,24g

