

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2024.07.01.		EN=267,89kcal FH=1,28g ZS=4,93g SZH=44,14g CK=13,19g SO=0,72g Tzs=2,98g	EN=840,64kcal FH=24,97g ZS=34,06g SZH=103,96g CK=28,87g SO=3,29g Tzs=6,51g	EN=266,90kcal FH=9,38g ZS=12,50g SZH=29,22g CK=0,52g SO=1,74g Tzs=4,76g	
KEDD 2024.07.02.		Meggyes gyümölcs Tea: Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Babgulyás (1, 3, 5)*; Melitt tészta (1)*; Tejföl (2)*; Sajt szórát (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Fahéjas csiga (1, 2)*;	
SZERDA 2024.07.03.		EN=234,40kcal FH=6,60g ZS=5,30g SZH=39,52g CK=9,40g SO=0,82g Tzs=3,16g	EN=611,50kcal FH=35,80g ZS=32,77g SZH=90,54g CK=4,21g SO=1,54g Tzs=4,84g	EN=275,80kcal FH=3,78g ZS=10,76g SZH=40,53g CK=13,79g SO=0,49g Tzs=5,46g	
		Limonáde; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarín; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Buzsáki leves (2, 5, 11)*; Gyrosos csirke csíkok (1)*; Forgalott burgonya; Fejeskáposzta-saláta;	Kefir (2)*; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*;	
		EN=277,20kcal FH=10,08g ZS=9,40g SZH=37,22g CK=10,02g SO=1,74g Tzs=3,36g	EN=752,77kcal FH=40,60g ZS=33,24g SZH=64,83g CK=8,01g SO=2,15g Tzs=1,18g	EN=326,40kcal FH=10,32g ZS=12,15g SZH=42,30g CK=11,70g SO=0,57g Tzs=6,09g	
		Tejeskávé ízű tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Frankfurtileves (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kigyúrborka;	
CSÜTÖRTÖK 2024.07.04.		EN=252,97kcal FH=10,98g ZS=4,72g SZH=40,98g CK=12,56g SO=0,71g Tzs=2,74g	EN=911,71kcal FH=22,23g ZS=33,32g SZH=119,28g CK=4,45g SO=2,37g Tzs=9,15g	EN=232,90kcal FH=8,97g ZS=7,75g SZH=31,91g CK=0,36g SO=1,72g Tzs=4,64g	
		Erdel gyümölcs tea; Párizsikrém (1, 2, 4, 11)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Erdel gyümölcsleves (1, 2)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Uborkasaláta;	Lekvár; Liga Margarín; Kukoricás kenyér (1)*;	
PÉNTEK 2024.07.05.		EN=278,24kcal FH=10,19g ZS=6,61g SZH=39,45g CK=9,42g SO=1,71g Tzs=2,04g	EN=796,49kcal FH=29,96g ZS=31,68g SZH=94,99g CK=25,49g SO=1,08g Tzs=1,07g	EN=234,90kcal FH=4,59g ZS=2,90g SZH=46,61g CK=15,18g SO=0,96g Tzs=0,96g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
Klúg

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=Só; Tzs=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földmogyoró; 9=Hal; 10=Fáktélek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergén információk kapcsolatosan érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainkról.

"Suli-Host
Étkeztetési Rendszer
3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2024.07.08.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Tárkonyos csirkeragu leves (1, 3, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Zöldbabtözelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Napratorgómagos valjkém (2, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Kigyóuborka;		
	EN=299,90kcal FH=9,08g ZS=7,91g SZH=47,53g CK=21,20g SO=0,61g TZS=4,79g	EN=840,92kcal FH=44,76g ZS=35,73g SZH=78,11g CK=11,99g SO=2,30g TZS=2,17g	EN=192,09kcal FH=6,72g ZS=5,30g SZH=29,32g CK=0,41g SO=0,92g TZS=0,24g		
KEDD 2024.07.09.	Erdelibodzás gyümölcs tea; Sonkakrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Paradicsomleves betűszóval (1, 3, 5)*; Rizseshus (5)*; Vegyes saláta;	Brós (1, 2, 3)*;		
	EN=232,20kcal FH=8,75g ZS=4,60g SZH=38,58g CK=9,96g SO=1,60g TZS=0,52g	EN=824,13kcal FH=27,80g ZS=40,60g SZH=104,01g CK=30,80g SO=1,67g TZS=1,82g	EN=274,40kcal FH=5,53g ZS=5,25g SZH=50,12g CK=16,45g SO=0,49g TZS=2,59g		
SZERDA 2024.07.10.	Tiramisu ízű tej (2)*; Napratorgómagos tonotka (1, 2, 3)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Sült csirkemcomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Uborkasaláta;	Sertés pártzsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		
	EN=378,02kcal FH=13,27g ZS=10,65g SZH=56,11g CK=17,50g SO=0,67g TZS=4,89g	EN=702,09kcal FH=40,29g ZS=20,75g SZH=72,09g CK=7,06g SO=2,15g TZS=1,05g	EN=235,20kcal FH=10,08g ZS=9,40g SZH=27,72g CK=0,62g SO=1,74g TZS=3,36g		
CSÜTÖRTÖK 2024.07.11.	Limonádé; Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Alma;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;		
	EN=328,60kcal FH=9,00g ZS=13,00g SZH=42,92g CK=10,24g SO=1,78g TZS=4,98g	EN=814,89kcal FH=27,34g ZS=37,78g SZH=80,57g CK=3,58g SO=2,01g TZS=3,10g	EN=317,55kcal FH=17,30g ZS=14,43g SZH=28,73g CK=0,22g SO=1,79g TZS=8,54g		
PÉNTEK 2024.07.12.	Gyümölcs tea; Kenőmájás (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Filézett halcsizlé (5, 9)*; Túrós tészta (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;		
	EN=293,00kcal FH=9,80g ZS=10,20g SZH=39,68g CK=9,92g SO=1,72g TZS=4,18g	EN=759,60kcal FH=38,98g ZS=24,91g SZH=99,28g CK=26,68g SO=3,80g TZS=3,63g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SO=0,49g TZS=7,35g		

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:

Klóg

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

**"Sulli-Host
Ékeztetési Rendszer
3.0"**

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2024.07.15.	Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiőrlésű egyenes kifli (1)*;	EN-283,10kcal FH=12,60g ZS=8,95g SZH=36,50g CK=12,10g SO=1,01g TZS=5,72g	Kartofolleves (1, 3, 5)*; Húsos tathonya (1, 5)*; Csemege uborka (11)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Félbarna kenyér (1)*;	
KEDD 2024.07.16.	Csikkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4)*; Keitchup;	EN=303,01kcal FH=9,00g ZS=9,73g SZH=39,33g CK=10,21g SO=1,59g TZS=3,20g	Brokkolikrémléves (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Milánói szósz hússal (1)*; Makaróni (1)*; Sajt szórárt (2)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű zsemle (1)*;	
SZERDA 2024.07.17.	Erdei gyümölcs tea; Liga Margarin; Molnártka (1, 2, 3)*;	EN=236,40kcal FH=4,10g ZS=6,30g SZH=39,55g CK=14,05g SO=0,48g TZS=2,75g	Daragalluskaleves (1, 3, 5)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*; Vegyes saláta;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
CSÜTÖRTÖK 2024.07.18.	Limonádé; Sonkakrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	EN=234,30kcal FH=8,66g ZS=4,60g SZH=38,61g CK=9,92g SO=1,60g TZS=0,52g	Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Rántott sajt 'mirelit' (1, 2, 3)*; Rizibizi (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Teavaj (2)*; Napraforgómagos fonotka (1, 2, 3)*; Paradicsom;	
PÉNTEK 2024.07.19.	Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	EN=290,12kcal FH=11,83g ZS=7,34g SZH=43,21g CK=17,91g SO=0,72g TZS=4,32g	Palócleves (1, 2, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Alma;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:

Kiűg

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

"Sulli-Host
Étkeztetési Rendszer
3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2024.07.22.	Eper-meggy gyümölcs tea; Sertés pászti (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	EN=288,60kcal FH=10,66g ZS=9,50g SZH=39,19g CK=9,66g SO=1,74g TZS=3,36g	Döngősei csirkereguleves (1, 2, 3, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Burgonyafőzelék (1, 2)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	
	Csokoládé ízű tej (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	EN=770,03kcal FH=53,11g ZS=38,17g SZH=68,71g CK=2,29g SO=2,24g TZS=8,16g	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Halrudasokká panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Majonéz (3, 11)*;	EN=251,85kcal FH=7,66g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SO=0,70g TZS=3,35g	
KEDD 2024.07.23.	Tej (2)*; Teavaj (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	EN=303,09kcal FH=12,05g ZS=6,70g SZH=48,11g CK=11,72g SO=0,99g TZS=3,29g	Gyümölcslevés (1, 2)*; Rozmaringos sült csirkemomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Kukoricás rizs (5)*; Vegyes saláta;	EN=247,60kcal FH=9,72g ZS=10,25g SZH=29,07g CK=0,88g SO=1,72g TZS=4,16g	
SZERDA 2024.07.24.	Limonádé; Kockasajt (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	EN=331,16kcal FH=12,77g ZS=14,19g SZH=38,85g CK=12,11g SO=1,17g TZS=9,59g	Zöldporsólevés (1, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Öszibarack;	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,63g SO=0,49g TZS=7,35g	
CSÜTÖRTÖK 2024.07.25.	Citromos tea; Házi körözött (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	EN=269,40kcal FH=8,42g ZS=7,60g SZH=40,82g CK=9,76g SO=2,08g TZS=4,74g	Francia hagymakrémlevés (1, 2, 5, 6)*; Levesgöngy (1, 2, 3)*; Húsos rakott tészta (1, 2)*; Öszibarack;	EN=254,14kcal FH=9,63g ZS=8,46g SZH=34,78g CK=0,81g SO=1,71g TZS=1,98g	
PÉNTEK 2024.07.26.		EN=238,53kcal FH=11,33g ZS=4,82g SZH=44,18g CK=4,86g SO=0,98g TZS=0,06g		EN=239,40kcal FH=3,64g ZS=13,16g SZH=29,19g CK=6,37g SO=0,98g TZS=6,65g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Keresztényi úti 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=Tejfejté zsírt; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Héj; 10=Fáktélek; 11=Mustár; 12=Szézám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Pináteszték

Ételeinink 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
HÉTFŐ 2024.07.29.	Tej (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Alföldi leves (1, 3, 5)*; Fasírt (1, 3, 5)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Alma;	Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Teljes körlésű kenyér (1)*;		
	EN=272,00kcal FH=11,80g ZS=6,68g SZH=40,48g CK=11,97g SO=1,06g Tzs=3,54g	EN=827,67kcal FH=34,15g ZS=31,29g SZH=96,12g CK=27,31g SO=6,04g Tzs=2,72g	EN=288,00kcal FH=8,70g ZS=12,76g SZH=29,42g CK=0,44g SO=1,36g Tzs=1,88g		
KEDD 2024.07.30.	Limonádé; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes körlésű zsemle (1)*;	Mágaluskaleves (1, 3, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Brios (1, 2, 3)*;		
	EN=281,00kcal FH=7,55g ZS=7,70g SZH=37,75g CK=9,75g SO=1,48g Tzs=4,95g	EN=818,48kcal FH=46,76g ZS=24,53g SZH=98,29g CK=3,97g SO=1,50g Tzs=0,92g	EN=274,40kcal FH=5,53g ZS=5,25g SZH=50,12g CK=16,45g SO=0,49g Tzs=2,59g		
SZERDA 2024.07.31.	Erdői gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Négyhagymás krémleves (1, 2, 5, 6)*; Pirított tökmag (6, 8, 12, 13)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Teljes körlésű kenyér (1)*;		
	EN=271,15kcal FH=9,27g ZS=10,38g SZH=35,01g CK=10,93g SO=1,45g Tzs=3,72g	EN=860,30kcal FH=30,97g ZS=44,26g SZH=100,56g CK=6,04g SO=1,29g Tzs=1,96g	EN=195,15kcal FH=5,47g ZS=4,35g SZH=33,56g CK=0,36g SO=0,84g Tzs=0,24g		
CSÜTÖRTÖK 2024.08.01.					
PÉNTEK 2024.08.02.					

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOZGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kertészvárd 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=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Százamag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfűt; 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
Étkezletési Rendszer
3.0"

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alföldileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Orólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos gyufa tészta, Vöröshagyma	147,01kcal	4,01g	3,72g	22,98g	0,80g	5,10g	0,66g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Almamártás Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fahéj, Finomliszt BL55, Fozotejszín, Kristálycukor, Puding por, Só 'jódozott', Szegfuszeg, Tejföl '12%'	222,30kcal	2,83g	1,67g	47,20g	28,24g	0,25g	0,28g
Aranygaluska Összetétel: Aranygaluska	424,80kcal	8,64g	11,88g	69,12g	26,28g	0,60g	4,92g
Babgulyás Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Orólt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárzab, Tojás, Vöröshagyma	312,28kcal	17,51g	15,73g	22,98g	1,10g	0,53g	0,26g
Briós Összetétel: Briós 50g, Briós 70g	274,40kcal	5,53g	5,25g	50,12g	16,45g	0,49g	2,59g
Brokkolikrémléves Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Orólt fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	127,67kcal	5,00g	3,49g	17,32g	2,08g	0,53g	0,26g
Bulgur Összetétel: Bulgur, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Orólt 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 ételecet, 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
Buzsáki léves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Csemege uborka, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kóménymag, Natúr 30%-os lecsó, Orólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	274,05kcal	13,28g	19,09g	9,86g	1,87g	0,61g	0,26g
Chilisbab Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Marha lábszár, Oregánó, Só 'jódozott', Szárzab, Tartósítószermentes surított paradicsom, Vöröshagyma	458,67kcal	27,27g	16,66g	47,22g	1,71g	0,37g	0,29g
Citromos tea Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafu	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
Csipkebogyó tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcs tea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Csokoládé ízű tej Összetétel: Gf instant csokoládé ízű tejjésítő, Tej '1,5%'	141,04kcal	7,75g	3,77g	19,38g	11,50g	0,25g	2,25g
Csontléves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. levezőzöld, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Orólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	113,12kcal	3,36g	2,94g	17,76g	1,28g	0,54g	0,38g
Daragaluskaleves Összetétel: Búzadara, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fokhagyma, Orólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojáslé, Vöröshagyma	204,00kcal	5,83g	5,08g	32,14g	1,10g	0,57g	0,69g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Diákcsemege szalámi Összetétel: Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
Dörgicsei csirkeraguleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. romano bab, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Orólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	206,00kcal	16,44g	8,21g	16,30g	2,07g	0,51g	0,40g
Eper-meggy gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Erdei gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Erdei gyümölcsleves Összetétel: Citromlé 40%, Fagy. alma, Fagy. erdei keverék, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Fozotejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szegfuszeg, Tejföl '12%'	153,68kcal	2,22g	1,26g	32,73g	19,73g	0,10g	0,45g
Erdei-bodzás gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Fahéjas csiga Összetétel: Fahéjas csiga 50g, Fahéjas csiga 70g	275,80kcal	3,78g	10,78g	40,53g	13,79g	0,49g	5,46g
Fasírt Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Orólt 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 ételectet, 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	80,10kcal	2,67g	0,30g	16,68g	0,39g	0,42g	0,03g
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
Filézett halászlé Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pirítasin paprika, Fokhagyma, Halászlé surítmény, Natúr 30%-os lecsó, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	126,36kcal	9,81g	7,71g	6,13g	3,49g	3,16g	2,79g
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	256,54kcal	5,50g	6,18g	40,48g	0,00g	0,67g	0,60g
Francia hagymakrémeles Összetétel: Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélohagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Orólt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	130,22kcal	3,44g	2,85g	22,61g	3,56g	0,45g	0,16g
Frankfurtileves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Orólt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Virsli, Virsli Pulyka Gallicoop, Vöröshagyma	299,77kcal	4,91g	17,24g	21,55g	0,88g	1,42g	1,71g
Gyrosos csirke csíkok Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Gyros fűszerkeverék, Orólt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	164,90kcal	20,19g	7,75g	2,57g	0,14g	0,65g	0,31g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Gyümölcs tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcsstea 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, Fozotejszín, Kristálycukor, Só 'jódozott', Szegfuszeg, Tejföl '12%'	180,82kcal	2,55g	2,20g	36,73g	24,39g	0,11g	0,44g
Gyümölcsös krémjoghurt Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Halrudacsák panírozott Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Halrudacska panírozott	205,67kcal	11,16g	9,10g	19,26g	0,00g	1,15g	0,78g
Házi körözött Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Köménymag, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	61,79kcal	5,99g	3,22g	1,77g	0,04g	0,14g	0,00g
Hentes tokány Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Fott füstölt tarja, Füstölt szalonna, Natúr 30%-os lecsó, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	322,90kcal	15,93g	24,86g	6,77g	0,38g	0,88g	1,48g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Virsli Pulyka Gallicoop	242,21kcal	8,88g	9,73g	28,73g	0,32g	1,44g	3,20g
Hüsgombóclevés 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, Orölt 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 rakott tészta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fott füstölt tarja, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott, fozovíz', Tej '1,5%', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Trappista sajt, Vöröshagyma	588,04kcal	25,87g	25,57g	61,76g	3,22g	1,09g	4,13g
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
Kakaós csiga Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g	292,60kcal	3,78g	14,63g	35,49g	12,53g	0,49g	7,35g
Karfiolleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem tészta, Vöröshagyma	158,81kcal	5,23g	3,15g	26,57g	2,40g	0,52g	0,40g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kenőmájas Összetétel: Kenőmájas	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kukoricás kenyér Összetétel: Kukoricás kenyér	151,80kcal	4,38g	0,48g	31,50g	0,12g	0,84g	0,24g
Kukoricás rizs Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'	282,66kcal	7,05g	9,56g	61,80g	1,10g	0,60g	1,05g
Lapkasajt Összetétel: Lapkasajt	155,50kcal	13,00g	11,50g	0,00g	0,00g	1,00g	7,50g
Lekvár Összetétel: Sárgabarack lekvár	61,50kcal	0,09g	0,03g	15,05g	15,00g	0,03g	0,00g
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
Limonádé Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor	42,00kcal	0,00g	0,00g	9,50g	9,40g	0,00g	0,00g
Magyaros burgonyaleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Natúr 30%-os lecsó, Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	280,35kcal	8,77g	16,75g	21,96g	0,64g	1,09g	4,43g
Magyaros vajkrém Összetétel: Magyaros vajkrém	48,60kcal	0,80g	4,60g	1,00g	0,00g	0,08g	2,92g
Májgaluskaleves Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojáspor, Vöröshagyma	258,51kcal	16,87g	7,64g	29,32g	1,95g	0,80g	0,60g
Majonéz Összetétel: Majonéz	56,80kcal	0,16g	5,16g	2,40g	1,34g	0,32g	0,68g
Makaróni Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, fozovíz', Tojásmentes makaróni	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g
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, fozovíz', Tojásmentes metélt tészta	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,19g	0,91g
Mediterrán csirkeapró Összetétel: Ananász konzerv, Bazsalikom, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamín paprika, Fagy. sárgarépa, Felso csirkecomb filé, Finomliszt BL55, Gyömbér, Kristálycukor, Oregánó, Sertés fuszkerkeverék, Só 'jódozott', Tartósítószermentes surított paradicsom, Vöröshagyma	255,04kcal	21,65g	8,02g	22,54g	6,64g	0,49g	0,35g
Meggyes gyümölcs Tea Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres, Kristálycukor	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Metélt tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, fozovíz', Tojásmentes metélt tészta	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,17g	0,81g
Mexikói sertésragu Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldségköret, Finomliszt BL55, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	329,52kcal	16,11g	21,04g	16,73g	2,26g	0,40g	0,30g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Milánói szósz hússal Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Fott füstölt tarja, Kristálycukor, Oregánó, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tartósítószermentes surított paradicsom, Vöröshagyma	283,31kcal	15,03g	19,35g	10,75g	4,15g	0,84g	1,07g
Mogyorókrém Összetétel: Mogyorókrém	60,75kcal	0,25g	3,75g	6,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárka Összetétel: Molnárka 55g	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
Napraforgómagos fonottka Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal	236,40kcal	5,52g	6,90g	36,60g	6,00g	0,42g	2,64g
Napraforgómagos vajkrém Összetétel: Napraforgómag hántolt, Natúr vajkrém	51,69kcal	1,00g	4,66g	1,41g	0,05g	0,08g	0,00g
Natúr baromfi érme Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. Natúr baromfi érme Valdor	165,63kcal	9,60g	11,56g	5,44g	0,00g	1,44g	3,40g
Négyhagymás krémleves Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. metélohagyma, Fagy. póréhagyma, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	115,17kcal	3,05g	2,80g	19,13g	3,56g	0,45g	0,16g
Őszibarack Összetétel: Őszibarack	49,20kcal	0,84g	0,00g	10,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Palócleves Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos kiskocka tészta, Vöröshagyma	270,45kcal	12,67g	17,14g	14,02g	1,55g	0,47g	0,35g
Paprikásburgonya Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Fagy. pritamín paprika, Fokhagyma, Köménymag, Natúr 30%-os lecsó, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	609,48kcal	26,74g	30,33g	55,56g	0,76g	0,79g	0,62g
Paradicsom Összetétel: Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Paradicsomleves betűtésztaival Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes surított paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	187,88kcal	4,15g	5,22g	30,81g	18,69g	0,52g	0,61g
Párizsikrém Összetétel: Mustár, Natúr vajkrém, Sertés párizsi, Só 'jódozott', Tejföl '12%	93,94kcal	4,29g	7,86g	1,42g	0,03g	0,87g	1,80g
Párolt rizs Összetétel: Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Orölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	253,81kcal	4,56g	10,34g	55,59g	0,22g	0,45g	1,10g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, fozóvíz'	285,01kcal	5,89g	8,06g	42,58g	0,17g	0,37g	0,80g
Pírtott dara Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	172,36kcal	3,76g	4,08g	29,36g	0,00g	0,50g	0,40g
Pírtott tökmag Összetétel: Tökmag hántolt	124,60kcal	6,78g	10,10g	0,72g	0,00g	0,00g	0,00g
Porcukor Összetétel: Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Lecsókolbász, Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, fozoviz', 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
Rizibizi Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	277,79kcal	6,87g	9,58g	60,47g	2,26g	0,45g	1,03g
Rizeshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Orölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	561,60kcal	22,21g	35,18g	56,80g	0,50g	0,95g	1,21g
Rozmaringos sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Orölt fekete bors, Rozmaring, Só 'jódozott', Szárnyas fuserkeverék	244,72kcal	27,60g	9,75g	1,66g	0,41g	0,48g	0,10g
Sajt szórat Összetétel: Trappista sajt	78,00kcal	6,25g	5,50g	0,75g	0,00g	0,50g	3,75g
Sajt szórat 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
Sárgaborsókrém-leves Összetétel: Csemege paprika, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma	206,09kcal	9,57g	2,95g	34,15g	1,08g	0,47g	0,31g
Sertés párizsi Összetétel: Sertés párizsi	79,20kcal	4,80g	6,40g	0,60g	0,20g	0,80g	2,40g
Sonkkrém Összetétel: Mecom Toast sonkás szelet, Natúr vajkrém	57,90kcal	3,45g	4,00g	2,05g	0,16g	0,76g	0,28g
Stefánia vagdalt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Félégyházi morzsa, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás főzött darabolt, Tojáspor, Vöröshagyma	351,27kcal	18,38g	23,92g	12,07g	0,64g	0,86g	1,26g
Sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Só 'jódozott', Szárnyas fuserkeverék	256,24kcal	28,88g	10,49g	1,04g	0,03g	0,48g	0,12g
Sült debreceni kolbász Összetétel: Debreceni kolbász, Étolaj 'napraforgó'	252,22kcal	9,17g	23,68g	0,59g	0,20g	1,37g	7,37g
Tárkonyos csirkeragu leves Összetétel: Citromlé 40%, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperszalag tészta, Vöröshagyma	175,49kcal	15,37g	5,97g	14,24g	1,85g	0,64g	0,38g
Teavaj Összetétel: Teavaj	86,76kcal	0,05g	9,84g	0,04g	0,00g	0,01g	6,84g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	110,00kcal	7,50g	3,75g	11,75g	11,75g	0,33g	2,50g
Tejeskávé ízű tej Összetétel: Tej '1,5%', Víta-d tejeskávé (Gast-Food)	126,13kcal	7,45g	3,56g	16,21g	10,93g	0,24g	2,14g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tejföl Összetétel: Tejföl '12%'	56,80kcal	1,36g	4,80g	1,60g	0,00g	0,01g	0,00g
Teljes kiőrlésű egyenes kifli Összetétel: Egyenes, teljes kiőrlésű kifli 50g	124,50kcal	4,30g	0,60g	23,75g	0,35g	0,60g	0,30g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	134,40kcal	5,22g	0,60g	27,06g	0,36g	0,84g	0,24g
Teljes kiőrlésű meggyes párna Összetétel: Teljes kiőrlésű meggyes párna 50g, Teljes kiőrlésű meggyes párna 70g	253,40kcal	3,64g	13,16g	29,19g	6,37g	0,98g	6,65g
Teljes kiőrlésű zsemle Összetétel: Teljes kiőrlésű zsemle 50g	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,35g	0,60g	0,35g
Tiramisu ízű tej Összetétel: Gf instant tiramisu ízű tejjesítő, Tej '1,5%'	141,62kcal	7,75g	3,75g	19,51g	11,50g	0,25g	2,25g
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, fozovíz', Tojásmentes nagykocka tészta	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,21g	0,81g
Uborkasaláta Összetétel: 10%-os ételecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	33,32kcal	1,00g	0,10g	6,70g	5,00g	0,20g	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
Vegyes saláta Összetétel: 10%-os ételecet, Fejes káposzta, Kigyó uborka, Kóménymag, Kristálycukor, Lilahagyma, Sárgarépa, Só 'jódozott'	74,65kcal	1,44g	0,20g	16,40g	11,60g	0,20g	0,01g
Zala felvágott Összetétel: Zala felvágott	82,80kcal	5,60g	6,80g	0,72g	0,20g	0,88g	2,40g
Zellerkrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizésítő só mentes 'Pamol', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Orölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos gyöngyagyló tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	127,46kcal	4,47g	2,10g	21,77g	1,86g	0,51g	0,12g
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 Összetétel: Étélizésítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Fagy. zöldborsó, Orölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperkocka tészta, Vöröshagyma	140,23kcal	5,89g	2,82g	22,00g	3,95g	0,50g	0,40g
Zöldfűszeres halpástétom Összetétel: Zöldfűszeres halpástétom	133,60kcal	3,48g	12,16g	2,36g	0,08g	0,52g	1,64g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	10,00kcal	0,60g	0,15g	1,50g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2024.07.01.-től 2024.07.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zsemle	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g
Összetétel: Vizes zsemle 53g							