

	Tízórai	Ébred A	Uzsonna	
HÉTFŐ 2021.11.29.	Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'gluténmentes';	Tárkonyos csirkereguleves (gluténmentes); Gránátos kocka lisztmentes; Alma;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes'; Uborka;	
KEDD 2021.11.30.	Őszibarack rostoslé (dobozos); Körözött 'házi' (2)*; Kenyer 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Csontleves 'lisztmentes'; Vagdat sertés(tojás-'lisztmentes'; Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyer 'gluténmentes';	Csikemájkrem 30g; Kenyer 'gluténmentes';	
SZERDA 2021.12.01.	Tea csipkebogyó; Gépsonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	Zöldsegleves 'lisztmentes'; Tárkonyás csirke 'lisztmentes'; Uborkasaláta;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	
CSÜTÖRTÖK 2021.12.02.	Tej (2)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	Kukorica krémleves tejles (2)*; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi; Kenyer 'gluténmentes'; Kőte;	Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	
PÉNTEK 2021.12.03.	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Brokkoli krémleves 'Tej-'lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Tört burgonya;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;
(*) 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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt
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. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Joghurt (2)*, Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'gluténmentes';		Babgulyás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejes' (2)*; Korte;		Mini méz; Riso margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	
HÉTFŐ 2021.12.06.		Övoda: EN=434, 15kcal Iskola: EN=434, 15kcal Iskola: EN=775, 30kcal Övoda: EN=564, 02kcal Iskola: EN=715, 41kcal Iskola: EN=893, 42kcal Övoda: EN=323, 55kcal Iskola: EN=323, 55kcal Iskola: EN=997, 10kcal		Övoda: EN=323, 55kcal Iskola: EN=323, 55kcal Iskola: EN=997, 10kcal	
KEDD 2021.12.07.		Övoda: EN=451, 75kcal Iskola: EN=483, 15kcal Iskola: EN=778, 10kcal Övoda: EN=470, 46kcal Iskola: EN=611, 48kcal Iskola: EN=702, 75kcal Övoda: EN=379, 05kcal Iskola: EN=421, 05kcal Iskola: EN=684, 60kcal		Övoda: EN=379, 05kcal Iskola: EN=421, 05kcal Iskola: EN=684, 60kcal	
SZERDA 2021.12.08.		Övoda: EN=287, 63kcal Iskola: EN=298, 27kcal Iskola: EN=571, 14kcal Övoda: EN=594, 52kcal Iskola: EN=769, 65kcal Iskola: EN=915, 49kcal Övoda: EN=320, 15kcal Iskola: EN=320, 15kcal Iskola: EN=640, 30kcal		Övoda: EN=320, 15kcal Iskola: EN=320, 15kcal Iskola: EN=640, 30kcal	
CSÜTÖRTÖK 2021.12.09.		Övoda: EN=289, 82kcal Iskola: EN=318, 96kcal Iskola: EN=575, 67kcal Övoda: EN=537, 31kcal Iskola: EN=667, 75kcal Iskola: EN=781, 22kcal Övoda: EN=277, 55kcal Iskola: EN=291, 55kcal Iskola: EN=562, 10kcal		Övoda: EN=277, 55kcal Iskola: EN=291, 55kcal Iskola: EN=562, 10kcal	
PÉNTEK 2021.12.10.		Övoda: EN=408, 75kcal Iskola: EN=428, 75kcal Iskola: EN=702, 30kcal Övoda: EN=687, 19kcal Iskola: EN=840, 28kcal Iskola: EN=1128, 16kcal Övoda: EN=326, 05kcal Iskola: EN=326, 05kcal Iskola: EN=652, 10kcal		Övoda: EN=326, 05kcal Iskola: EN=326, 05kcal Iskola: EN=652, 10kcal	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név: 0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehéreg; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;
TSZ=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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfűrt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegedi OVI (www.ovsz.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)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2021.12.13.	Tea csipkebogyó; Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Jégcsaprek;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;	Kefir (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
KEDD 2021.12.14.	Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Csontleves; Rakott zöldbab tejfölös (2)*; Banán;	Pápai sonka (diéta); Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;
SZERDA 2021.12.15.	Öszibarack rostoslé (dobozos); Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldbaprika;	Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'liszt-, tejszínes'; Kenyér 'gluténmentes';	Taurus Király szalámi; Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
CSÜTÖRTÖK 2021.12.16.	Poharas tej (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Jégcsaprek;	Lebbencs leves 'lisztmentes'; Káposzta Liszt-, tejszínes'; Kenyér 'gluténmentes';	Zala Kométa; Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
PÉNTEK 2021.12.17.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldségleves 'lisztmentes'; Mézes mustáros csirkemell 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Mandarin;	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk

SULI - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Dietetikus szolgáltatással, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oivi-szeged.hu) honlapján megtalálható. NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3081)

Suli-Host
Étkeztetési Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
	Tej (2)*; Baromfi párizsi (diéta); Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Meggyleves 'liszt-, tejmentes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;	Paradicsomos harcsapástom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';
HÉTFŐ 2021.12.20.	Övoda: EN=415,76kcal FH=20,84g ZS=17,81g SZH=42,83g CK=9,32g SO=1,91g Tzs=5,39g Iskola: EN=483,95kcal FH=24,34g ZS=22,61g SZH=46,56g CK=11,74g SO=2,36g Tzs=7,44g K: Iskola: EN=795,60kcal FH=39,67g ZS=34,53g SZH=81,45g CK=14,10g SO=4,02g Tzs=9,67g	Övoda: EN=344,61kcal FH=15,43g ZS=10,00g SZH=61,24g CK=16,75g SO=2,48g Tzs=0,62g Iskola: EN=444,94kcal FH=18,23g ZS=12,78g SZH=69,23g CK=25,66g SO=3,39g Tzs=0,82g K: Iskola: EN=534,67kcal FH=21,85g ZS=15,54g SZH=84,90g CK=32,28g SO=3,66g Tzs=1,03g	Övoda: EN=341,75kcal FH=15,51g ZS=15,46g SZH=35,22g CK=0,06g SO=1,70g Tzs=2,02g Iskola: EN=341,75kcal FH=15,51g ZS=15,46g SZH=35,22g CK=0,06g SO=1,70g Tzs=2,02g K: Iskola: EN=683,50kcal FH=31,04g ZS=30,98g SZH=70,43g CK=0,12g SO=3,50g Tzs=4,03g
KEDD 2021.12.21.	Tej (2)*; Főtt virsl 'diéta'; Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Kertész leves (diéta) (5)*; Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;	Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;
	Övoda: EN=519,55kcal FH=25,44g ZS=27,01g SZH=45,56g CK=9,26g SO=2,83g Tzs=9,17g Iskola: EN=547,55kcal FH=26,94g ZS=28,41g SZH=46,86g CK=11,56g SO=2,88g Tzs=10,02g K: Iskola: EN=839,10kcal FH=41,27g ZS=38,63g SZH=81,47g CK=13,86g SO=4,34g Tzs=11,65g	Övoda: EN=638,72kcal FH=21,77g ZS=20,58g SZH=64,56g CK=1,93g SO=1,13g Tzs=1,23g Iskola: EN=706,41kcal FH=28,09g ZS=27,10g SZH=84,84g CK=3,21g SO=2,35g Tzs=1,64g K: Iskola: EN=849,42kcal FH=31,86g ZS=32,76g SZH=103,67g CK=3,88g SO=2,87g Tzs=2,06g	Övoda: EN=297,65kcal FH=13,26g ZS=8,81g SZH=41,03g CK=0,00g SO=1,31g Tzs=0,79g Iskola: EN=310,05kcal FH=13,44g ZS=8,81g SZH=43,83g CK=0,00g SO=1,31g Tzs=0,79g K: Iskola: EN=573,60kcal FH=26,27g ZS=17,63g SZH=77,15g CK=0,00g SO=2,72g Tzs=1,57g
SZERDA 2021.12.22.	Tej (2)*; Tauris Király szálmáni; Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldségleves 'lisztmentes'; Sült csirkecomb; Zöldsorsófőzelék 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';	Csirke májkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldsopaprika;
	Övoda: EN=446,35kcal FH=21,55g ZS=21,07g SZH=42,68g CK=9,23g SO=1,98g Tzs=6,87g Iskola: EN=521,55kcal FH=24,86g ZS=26,91g SZH=45,08g CK=11,55g SO=2,35g Tzs=9,67g K: Iskola: EN=813,10kcal FH=39,20g ZS=37,12g SZH=80,70g CK=13,85g SO=3,81g Tzs=11,30g	Övoda: EN=670,24kcal FH=38,51g ZS=20,30g SZH=75,61g CK=15,91g SO=2,59g Tzs=1,75g Iskola: EN=778,09kcal FH=43,97g ZS=24,31g SZH=86,45g CK=21,80g SO=3,79g Tzs=2,07g K: Iskola: EN=1 092,57kcal FH=62,49g ZS=28,68g SZH=135,14g CK=29,76g SO=6,11g Tzs=2,54g	Övoda: EN=326,15kcal FH=16,59g ZS=12,97g SZH=35,70g CK=0,00g SO=1,70g Tzs=2,44g Iskola: EN=330,15kcal FH=16,83g ZS=13,03g SZH=36,30g CK=0,00g SO=1,70g Tzs=2,44g K: Iskola: EN=652,30kcal FH=33,17g ZS=25,95g SZH=71,39g CK=0,00g SO=3,50g Tzs=4,87g
CSÜTÖRTÖK 2021.12.23.	Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';	Paradicsom leves 'lisztmentes' (5)*; Brassói aprópecsenye; Forgatott burgonya;	Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Banán;
	Övoda: EN=289,82kcal FH=15,76g ZS=7,68g SZH=39,22g CK=5,09g SO=1,41g Tzs=0,79g Iskola: EN=318,96kcal FH=17,95g ZS=8,68g SZH=41,89g CK=7,16g SO=1,41g Tzs=0,79g K: Iskola: EN=575,67kcal FH=31,54g ZS=15,36g SZH=77,51g CK=9,20g SO=2,92g Tzs=1,57g	Övoda: EN=476,01kcal FH=23,85g ZS=12,98g SZH=61,06g CK=12,82g SO=1,32g Tzs=0,64g Iskola: EN=615,79kcal FH=29,73g ZS=17,60g SZH=78,49g CK=18,41g SO=2,71g Tzs=0,94g K: Iskola: EN=725,55kcal FH=33,79g ZS=20,08g SZH=85,13g CK=22,43g SO=3,72g Tzs=1,11g	Övoda: EN=379,05kcal FH=14,27g ZS=8,81g SZH=59,95g CK=0,00g SO=1,31g Tzs=0,79g Iskola: EN=421,05kcal FH=14,79g ZS=8,81g SZH=69,63g CK=0,00g SO=1,31g Tzs=0,79g K: Iskola: EN=684,60kcal FH=27,62g ZS=17,63g SZH=102,95g CK=0,00g SO=2,72g Tzs=1,57g
PÉNTEK 2021.12.24.	Kefir (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt sertés(tőjás-, lisztmentes); Tököfőzelék tejfőlős 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';	Mini dzsem (13)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
	Övoda: EN=357,15kcal FH=17,94g ZS=14,03g SZH=39,54g CK=5,70g SO=1,46g Tzs=2,4g Iskola: EN=359,55kcal FH=18,14g ZS=14,11g SZH=39,88g CK=5,70g SO=1,46g Tzs=2,4g K: Iskola: EN=624,30kcal FH=31,07g ZS=22,94g SZH=73,37g CK=5,70g SO=2,87g Tzs=5,02g	Övoda: EN=715,90kcal FH=28,67g ZS=32,15g SZH=74,60g CK=9,65g SO=2,19g Tzs=2,00g Iskola: EN=879,47kcal FH=33,85g ZS=41,65g SZH=87,75g CK=12,65g SO=3,55g Tzs=2,51g K: Iskola: EN=1 189,32kcal FH=49,91g ZS=46,76g SZH=131,86g CK=15,65g SO=6,16g Tzs=2,89g	Övoda: EN=326,05kcal FH=12,84g ZS=8,81g SZH=46,33g CK=13,25g SO=1,31g Tzs=0,79g Iskola: EN=326,05kcal FH=12,84g ZS=8,81g SZH=46,33g CK=13,25g SO=1,31g Tzs=0,79g K: Iskola: EN=652,10kcal FH=25,67g ZS=17,63g SZH=96,65g CK=26,50g SO=2,72g Tzs=1,57g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk

SULI-HOST

6724 Szeged, Kenyérgyári 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;

ZTS=Telített zsír;

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

Dietetikusok: 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: 0300A1 Gluténmentes

Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyérutcai 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=SO;
Tzs=Telített zsír.
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia;
8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rak, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt
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)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*: Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Gulyás leves sertéshússal; Darásmetél; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';	
HÉTFŐ 2021.12.27.					
Övoda: EN=381,55kcal FH=19,20g ZS=14,50g SZH=43,43g CK=9,20g SÓ=1,51g TZS=4,19g		Iskola: EN=413,55kcal FH=20,94g ZS=15,96g SZH=46,33g CK=9,20g SÓ=1,56g TZS=5,04g		K. Iskola: EN=707,10kcal FH=35,39g ZS=26,21g SZH=82,25g CK=13,80g SÓ=3,02g TZS=6,67g	
Övoda: EN=407,21kcal FH=23,38g ZS=15,56g SZH=43,17g CK=9,25g SÓ=2,08g TZS=4,79g		Iskola: EN=453,97kcal FH=27,20g ZS=17,79g SZH=45,85g CK=11,55g SÓ=2,38g TZS=5,64g		K. Iskola: EN=756,12kcal FH=45,58g ZS=27,14g SZH=81,72g CK=13,85g SÓ=4,09g TZS=7,27g	
Kedd 2021.12.28.		Tej (2)*; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		Karalábé leves 'lisztmentes'; Húscombóc sült; Paradicsom mártás 'lisztmentes' (5)*; Főtt burgonya;	
Övoda: EN=507,73kcal FH=17,13g ZS=19,54g SZH=66,57g CK=8,71g SÓ=0,98g TZS=0,79g		Iskola: EN=604,03kcal FH=22,44g ZS=27,33g SZH=82,69g CK=9,20g SÓ=2,47g TZS=1,11g		K. Iskola: EN=775,14kcal FH=25,52g ZS=32,68g SZH=95,19g CK=13,81g SÓ=3,48g TZS=1,42g	
Szerda 2021.12.29.		Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldséges (9)*; Rizibizi; Banán;	
Övoda: EN=298,03kcal FH=14,90g ZS=9,16g SZH=39,04g CK=5,03g SÓ=1,81g TZS=0,92g		Iskola: EN=320,27kcal FH=16,99g ZS=9,51g SZH=41,73g CK=5,03g SÓ=2,31g TZS=1,05g		K. Iskola: EN=598,94kcal FH=30,82g ZS=18,49g SZH=77,41g CK=9,06g SÓ=3,97g TZS=1,91g	
Csütörtök 2021.12.30.		Tea citromos; Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Almaleves (lisztmentes, tej) (2)*; Bazsalikomos csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;	
Övoda: EN=286,17kcal FH=15,11g ZS=7,66g SZH=39,04g CK=5,05g SÓ=1,41g TZS=0,79g		Iskola: EN=320,33kcal FH=16,85g ZS=9,36g SZH=41,77g CK=5,07g SÓ=1,41g TZS=0,79g		K. Iskola: EN=582,18kcal FH=30,55g ZS=16,53g SZH=77,44g CK=9,07g SÓ=2,82g TZS=1,57g	
Péntek 2021.12.31.		Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zöldbab leves (gluténmentes); Bugaci sertés szelet; Petrezselymes burgonya; Mandarin;	
Övoda: EN=441,95kcal FH=20,94g ZS=15,73g SZH=63,98g CK=20,00g SÓ=1,79g TZS=5,32g		Iskola: EN=473,35kcal FH=23,54g ZS=18,09g SZH=64,03g CK=20,00g SÓ=1,95g TZS=5,82g		K. Iskola: EN=788,30kcal FH=38,97g ZS=29,21g SZH=87,40g CK=20,00g SÓ=3,52g TZS=6,10g	
Övoda: EN=561,32kcal FH=25,91g ZS=21,10g SZH=80,58g CK=2,88g SÓ=1,63g TZS=1,98g		Iskola: EN=730,70kcal FH=32,32g ZS=28,88g SZH=93,07g CK=3,30g SÓ=2,94g TZS=2,75g		K. Iskola: EN=850,23kcal FH=36,59g ZS=32,61g SZH=93,07g CK=3,78g SÓ=3,17g TZS=3,16g	
Övoda: EN=341,75kcal FH=15,51g ZS=15,48g SZH=35,22g CK=0,06g SÓ=1,70g TZS=2,02g		Iskola: EN=341,75kcal FH=15,51g ZS=15,48g SZH=35,22g CK=0,06g SÓ=1,70g TZS=2,02g		K. Iskola: EN=683,50kcal FH=31,01g ZS=30,93g SZH=67,43g CK=0,12g SÓ=3,50g TZS=4,03g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfűrt
 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. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Suli-Host
Étkezési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2021.12.01.-tól 2021.12.31.-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 (lisztmentes,tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	116,98kcal	1,65g	0,60g	25,31g	21,28g	0,13g	0,27g
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
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,20g	0,20g
Babgulyás leves sertéshússal Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Örlött 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', Örlött 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
Bazsalikom csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,10g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Margarin Mini 'Bebo 10g	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bolognai halas-tészta Összetétel: 'Spagetti' Tészta, Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Halfilé 'Pangasius', Kristálycukor, Örlött 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, Örlött 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
Bugaci sertés szelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	177,85kcal	17,40g	9,86g	3,80g	0,51g	0,60g	0,82g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2021.12.01.-tól 2021.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	187,54kcal	4,54g	2,39g	33,46g	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
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
Darásmetélt Összetétel: 'Szélesmetélt' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Lekvár(sárgabarack), Porcukor 'Koronás', Só 'jódozott'	465,83kcal	4,47g	8,26g	92,24g	32,00g	1,51g	0,70g
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 virsli 'diéta' Összetétel: Virsli 'Kométa Vendégváró'	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 leves 'lisztmentes' Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	77,89kcal	2,73g	2,20g	11,44g	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
Gulyás leves sertéshússal Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	189,59kcal	10,38g	9,14g	15,04g	1,04g	0,13g	0,63g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2021.12.01.-tól 2021.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Margarin Liga 500, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,58g	0,80g
Házi zöldseges sertéshúskrém 'teimentes' Összetétel: Margarin Liga 500, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,58g	0,60g
Húsgombóc sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,76kcal	9,74g	13,84g	12,28g	0,13g	0,10g	0,20g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
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 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	271,11kcal	21,15g	8,80g	31,46g	0,09g	0,99g	0,21g
Karalábé leves 'lisztmentes' Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	76,36kcal	1,57g	3,08g	10,19g	3,54g	0,59g	0,33g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma	113,02kcal	3,07g	2,23g	19,59g	0,17g	0,30g	0,21g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Élesztő 'Szárított', Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes kenyérliszt Mester, Só 'jódozott'	240,95kcal	12,84g	6,31g	33,33g	0,00g	1,31g	0,79g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Élesztő 'Szárított', Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes kenyérliszt Mester, Só 'jódozott'	240,95kcal	12,84g	6,31g	33,33g	0,00g	1,21g	0,79g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2021.12.01.-től 2021.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. ínycsok zöldség keverék, Fagy. pirított paprika, Köles, Margarin Liga 500, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	250,96kcal	6,91g	8,33g	36,07g	0,24g	0,12g	0,78g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,84kcal	17,01g	10,13g	0,69g	0,13g	0,99g	0,30g
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
Körettészta 'gluténmentes' Összetétel: 'Orsó' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,30g	0,50g
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
Kukorica krémleves tejes Összetétel: Fagy. kukorica, Fokhagyma, Főzőtejszín 10%, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	102,89kcal	5,38g	1,14g	17,30g	1,84g	1,01g	0,53g
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 'lisztmentes' 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	106,32kcal	2,16g	3,00g	16,61g	0,89g	0,58g	0,53g
Leccsós 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
Liga margarin 10g Összetétel: Margarin Liga 500	18,00kcal	0,05g	2,00g	0,05g	0,05g	0,08g	0,60g
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,42g	0,00g	5,88g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,10g	0,00g
Meggy mártás 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	158,55kcal	1,69g	3,90g	28,58g	20,65g	0,50g	0,40g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2021.12.01.-től 2021.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Mézes mustáros csirkefilé '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
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,99g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: 'Orsó' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,50g	0,20g
Őszibarack rostoslé (dobozos) Összetétel: Dobozos Gyümölcsle 2 dl 50% őszibarack	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
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 leves 'lisztmentes' Összetétel: 'Betű' Tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	103,93kcal	1,93g	0,37g	23,06g	12,48g	0,13g	0,03g
Paradicsom mártás 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma	137,61kcal	3,31g	2,32g	25,70g	15,04g	0,17g	0,26g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom 30g	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
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 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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2021.12.01.-től 2021.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Petrezselymes burgonya Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tisztított burgonya	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,50g	0,80g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej 0,2L	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pítamin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,50g	0,21g
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
Rántott csirkecomb Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás	279,98kcal	16,44g	19,97g	7,47g	0,04g	1,02g	2,27g
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
Rostonhal zöldfűszeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Halfilé 'Pangasius', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott'	165,27kcal	9,98g	9,99g	8,60g	0,00g	1,04g	1,00g
Rostos almálé Összetétel: Dobozos Gyümölcslé 2 dl 50% alma	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
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
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,99g	0,41g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2021.12.01.-tól 2021.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli 'Kométa Vendégváró'	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
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 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Tisztított burgonya, Vöröshagyma	100,71kcal	1,87g	3,17g	15,38g	1,02g	0,53g	0,32g
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 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Tisztított burgonya, Vöröshagyma	363,09kcal	19,64g	10,82g	44,99g	0,51g	0,40g	0,61g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Zöldséges felvágott allergénmentes	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tea (citrommentes) Összetétel: Kristálycukor, Teafű	20,00kcal	0,00g	0,00g	5,00g	5,00g	0,00g	0,00g
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
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
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Toast sonkás szelet allergénmentes	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2021.12.01.-tól 2021.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	48,10kcal	0,60g	0,06g	11,02g	10,00g	0,50g	0,00g
Vadas pulykaapró 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár E-mentes Univer, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	210,66kcal	17,66g	13,16g	4,39g	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 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
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott KOMÉTA	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: 'Betű' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,13kcal	1,87g	1,43g	10,36g	1,68g	0,17g	0,16g
Zöldbab leves (gluténmentes) Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	101,82kcal	3,07g	3,28g	14,07g	2,37g	0,54g	0,36g
Zöldbabfőzelék (tej-, lisztmentes) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	134,65kcal	4,45g	4,23g	18,37g	3,28g	0,21g	0,47g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: 'Kiskocka' Tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,54g	0,15g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2021.12.01.-tól 2021.12.31.-ig

[illegible]