

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Téa csipkebogyó; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';		Rizsleves; Sült virsli sertés 'diéta'; Szárababfőzelék lisztment. tejfőös (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Tejfőös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2023.04.03.		Óvoda: EN=361,63kcal FH=15,34g ZS=15,46g SZH=40,22g CK=6,17g SO=1,51g Tzs=2,02g ISKOLA: EN=389,87kcal FH=15,34g ZS=15,46g SZH=42,24g CK=8,18g SO=1,51g Tzs=2,02g K.ISKOLA: EN=719,14kcal FH=30,68g ZS=30,92g SZH=79,42g CK=11,34g SO=3,01g Tzs=4,03g		Óvoda: EN=670,64kcal FH=32,54g ZS=24,03g SZH=81,50g CK=4,12g SO=2,52g Tzs=6,19g ISKOLA: EN=785,68kcal FH=36,63g ZS=27,43g SZH=88,08g CK=4,97g SO=2,54g Tzs=6,50g K.ISKOLA: EN=1190,98kcal FH=58,95g ZS=43,12g SZH=142,11g CK=6,86g SO=5,00g Tzs=11,88g	
KEDD 2023.04.04.		Téj (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka; Csonthéves 'lisztmentes'; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek ínyenc (5)*; Párolt rizs;		Óvoda: EN=324,95kcal FH=12,79g ZS=9,84g SZH=48,41g CK=14,33g SO=1,12g Tzs=1,49g ISKOLA: EN=334,95kcal FH=12,79g ZS=9,84g SZH=48,41g CK=14,33g SO=1,12g Tzs=1,49g K.ISKOLA: EN=638,40kcal FH=25,46g ZS=16,18g SZH=96,81g CK=28,66g SO=2,23g Tzs=2,70g	
SZERDA 2023.04.05.		Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Lebbens leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék tejes (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Óvoda: EN=450,89kcal FH=20,83g ZS=16,82g SZH=54,06g CK=21,08g SO=1,60g Tzs=6,02g ISKOLA: EN=482,25kcal FH=23,43g ZS=19,12g SZH=54,11g CK=21,08g SO=1,76g Tzs=7,52g K.ISKOLA: EN=754,60kcal FH=38,76g ZS=27,76g SZH=87,36g CK=22,16g SO=3,03g Tzs=9,80g	
CSÜTÖRTÖK 2023.04.06.		Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma; Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal kukoricadarával (9)*; Burgonyapüré natur; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'gluténmentes';		Óvoda: EN=701,28kcal FH=28,16g ZS=19,93g SZH=83,52g CK=16,01g SO=1,49g Tzs=2,14g ISKOLA: EN=832,75kcal FH=44,53g ZS=24,56g SZH=97,68g CK=21,81g SO=1,70g Tzs=2,71g K.ISKOLA: EN=1143,38kcal FH=63,20g ZS=28,98g SZH=144,79g CK=26,65g SO=2,90g Tzs=3,35g	
PÉNTEK 2023.04.07.		Téa citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldborsó leves 'lisztmentes'; Milánói makaróni 'lisztmentes'; Sajtszórat (2)*; Alma;		Óvoda: EN=642,23kcal FH=28,64g ZS=11,65g SZH=101,19g CK=19,44g SO=2,91g Tzs=1,19g ISKOLA: EN=755,01kcal FH=32,69g ZS=13,95g SZH=118,94g CK=24,56g SO=3,43g Tzs=1,39g K.ISKOLA: EN=1050,39kcal FH=49,46g ZS=15,23g SZH=172,09g CK=32,77g SO=5,06g Tzs=1,58g	
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk		Suli- HOST		Óvoda: EN=402,45kcal FH=19,89g ZS=15,53g SZH=44,91g CK=1,08g SO=1,12g Tzs=1,49g ISKOLA: EN=406,45kcal FH=20,13g ZS=15,53g SZH=45,51g CK=1,08g SO=1,12g Tzs=1,49g K.ISKOLA: EN=649,10kcal FH=32,98g ZS=21,96g SZH=79,21g CK=2,16g SO=2,23g Tzs=2,27g	
Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO ₂ ; Tzs=Telített zsír;		SULI - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kenyérkő ut. 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@suli-host.hu		Étlap név: 0300A1 Gluténmentes	
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földmogyoró; 9=Hal; 10=Rákeltér; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűek		Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegei OVI (www.oiv.hu) honlapon megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a Kft. (www.suli-host.hu) honlapon megtalálható. SULI-HOST Kft. diétikusaitól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)		Suli-Host Étkezletési Rendszer 3.0	

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2023.04.10.	Tej (2)*; Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Frankfurti leves liszt-, tejtmentes; Darásmetelt; Alma;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';
KEDD 2023.04.11.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Tarthonyaleves 'lisztmentes'; Vagdalt sertés(tojás-, lisztmentes); Zöldborsófőzelék tejjel 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';	Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;
SZERDA 2023.04.12.	Tej (2)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';	Paradicsom leves 'lisztmentes' (5)*; Rakott brokkoli kölessel sajtos (2)*; Alma;	Tefjölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;
CSÜTÖRTÖK 2023.04.13.	Ősziparack rostoslé (dobozos); Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Burgonyaleves (tejtmentes); Sült csirkerecomb; Alma mártás 'Liszt-, tejtmentes'; Pírtott kukoricadara;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
PÉNTEK 2023.04.14.	Kefir (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'gluténmentes';	Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken 'lisztmentes'; Kukoricás rizs; Uborkasaláta;	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

Étlap név: 0300A1 Gluténmentes

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

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer

Szegedi OVI (www.ovi.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 Élektelési Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzonna	
Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'gluténmentes';		Tárkonyos csirkerağuleves (gluténmentes); Giránatos kocka lisztmentes; Alma;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2023.04.17.		Ovoda: EN-429,15kcal FH-21,54g ZS-18,44g SZH-44,38g CK-10,34g SO-1,71g Tzs-3,82g Iskola: EN-451,15kcal FH-23,09g ZS-19,21g SZH-46,68g CK-12,64g SO-1,76g Tzs-4,27g Kisiskola: EN-814,30kcal FH-39,98g ZS-35,42g SZH-84,16g CK-16,08g SO-3,31g Tzs-6,73g		Ovoda: EN-489,81kcal FH-16,07g ZS-12,52g SZH-75,20g CK-1,40g SO-0,77g Tzs-0,92g Iskola: EN-636,11kcal FH-20,14g ZS-15,46g SZH-100,27g CK-2,07g SO-1,09g Tzs-1,14g Kisiskola: EN-795,30kcal FH-24,45g ZS-19,34g SZH-125,91g CK-2,75g SO-1,40g Tzs-1,45g	
KEDD 2023.04.18.		Ovoda: EN-359,30kcal FH-16,32g ZS-7,89g SZH-36,79g CK-6,15g SO-1,15g Tzs-0,82g Iskola: EN-384,08kcal FH-18,74g ZS-8,93g SZH-56,89g CK-2,11g SO-1,59g Tzs-0,82g Kisiskola: EN-694,79kcal FH-32,34g ZS-15,68g SZH-90,88g CK-2,22g SO-2,30g Tzs-1,60g		Ovoda: EN-657,68kcal FH-28,81g ZS-27,56g SZH-71,78g CK-13,38g SO-1,30g Tzs-1,50g Iskola: EN-790,92kcal FH-33,98g ZS-34,90g SZH-82,81g CK-16,37g SO-1,56g Tzs-1,77g Kisiskola: EN-1075,30kcal FH-49,63g ZS-39,71g SZH-126,93g CK-20,41g SO-2,91g Tzs-2,12g	
SZERDA 2023.04.19.		Ovoda: EN-310,63kcal FH-15,63g ZS-10,39g SZH-36,79g CK-6,15g SO-1,57g Tzs-1,71g Iskola: EN-336,37kcal FH-18,53g ZS-10,94g SZH-41,03g CK-8,21g SO-2,01g Tzs-1,89g Kisiskola: EN-594,24kcal FH-32,71g ZS-17,56g SZH-76,58g CK-11,32g SO-3,35g Tzs-2,83g		Ovoda: EN-457,09kcal FH-22,16g ZS-13,53g SZH-59,12g CK-6,41g SO-0,34g Tzs-0,89g Iskola: EN-573,69kcal FH-27,90g ZS-17,71g SZH-72,44g CK-7,89g SO-0,66g Tzs-1,20g Kisiskola: EN-703,68kcal FH-31,70g ZS-21,05g SZH-92,99g CK-9,44g SO-0,85g Tzs-1,46g	
PÉNTEK 2023.04.21.		Ovoda: EN-454,65kcal FH-26,79g ZS-19,74g SZH-42,76g CK-10,28g SO-1,80g Tzs-1,79g Iskola: EN-508,05kcal FH-30,88g ZS-22,79g SZH-45,11g CK-12,58g SO-2,01g Tzs-9,74g Kisiskola: EN-802,40kcal FH-47,76g ZS-32,18g SZH-80,88g CK-15,98g SO-3,33g Tzs-12,47g		Ovoda: EN-510,61kcal FH-28,99g ZS-12,75g SZH-64,34g CK-6,08g SO-0,63g Tzs-2,18g Iskola: EN-672,88kcal FH-38,46g ZS-17,94g SZH-82,21g CK-7,73g SO-1,15g Tzs-3,91g Kisiskola: EN-785,01kcal FH-43,16g ZS-20,28g SZH-98,84g CK-9,28g SO-1,20g Tzs-4,14g	
CSÜTÖRTÖK 2023.04.20.		Ovoda: EN-454,65kcal FH-26,79g ZS-19,74g SZH-42,76g CK-10,28g SO-1,80g Tzs-1,79g Iskola: EN-508,05kcal FH-30,88g ZS-22,79g SZH-45,11g CK-12,58g SO-2,01g Tzs-9,74g Kisiskola: EN-802,40kcal FH-47,76g ZS-32,18g SZH-80,88g CK-15,98g SO-3,33g Tzs-12,47g		Ovoda: EN-311,05kcal FH-15,33g ZS-12,84g SZH-33,71g CK-1,12g SO-1,45g Tzs-2,57g Iskola: EN-349,65kcal FH-17,93g ZS-15,84g SZH-34,01g CK-1,16g SO-1,78g Tzs-3,65g Kisiskola: EN-609,90kcal FH-31,96g ZS-23,68g SZH-67,56g CK-2,26g SO-3,06g Tzs-4,97g	
Tej (2)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';		Szilvaleves 'tejmentes'; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi; Kenyer 'gluténmentes'; Alma;		Zala Koméa; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	
KEDD 2023.04.18.		Ovoda: EN-320,15kcal FH-16,12g ZS-12,91g SZH-34,89g CK-1,08g SO-1,51g Tzs-2,44g Iskola: EN-320,15kcal FH-16,12g ZS-12,91g SZH-34,89g CK-1,08g SO-1,51g Tzs-2,44g Kisiskola: EN-640,30kcal FH-32,24g ZS-25,82g SZH-69,75g CK-2,16g SO-3,01g Tzs-4,87g		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	
SZERDA 2023.04.19.		Ovoda: EN-457,09kcal FH-22,16g ZS-13,53g SZH-59,12g CK-6,41g SO-0,34g Tzs-0,89g Iskola: EN-573,69kcal FH-27,90g ZS-17,71g SZH-72,44g CK-7,89g SO-0,66g Tzs-1,20g Kisiskola: EN-703,68kcal FH-31,70g ZS-21,05g SZH-92,99g CK-9,44g SO-0,85g Tzs-1,46g		Zöldspagetti 'lisztmentes'; Tarkonyos csirke 'lisztmentes'; Uborkasaláta;	
PÉNTEK 2023.04.21.		Ovoda: EN-510,61kcal FH-28,99g ZS-12,75g SZH-64,34g CK-6,08g SO-0,63g Tzs-2,18g Iskola: EN-672,88kcal FH-38,46g ZS-17,94g SZH-82,21g CK-7,73g SO-1,15g Tzs-3,91g Kisiskola: EN-785,01kcal FH-43,16g ZS-20,28g SZH-98,84g CK-9,28g SO-1,20g Tzs-4,14g		Csontleves 'lisztmentes'; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyer 'gluténmentes';	
CSÜTÖRTÖK 2023.04.20.		Ovoda: EN-454,65kcal FH-26,79g ZS-19,74g SZH-42,76g CK-10,28g SO-1,80g Tzs-1,79g Iskola: EN-508,05kcal FH-30,88g ZS-22,79g SZH-45,11g CK-12,58g SO-2,01g Tzs-9,74g Kisiskola: EN-802,40kcal FH-47,76g ZS-32,18g SZH-80,88g CK-15,98g SO-3,33g Tzs-12,47g		Csirkemájkrém 30g; Kenyer 'gluténmentes';	
PÉNTEK 2023.04.21.		Ovoda: EN-454,65kcal FH-26,79g ZS-19,74g SZH-42,76g CK-10,28g SO-1,80g Tzs-1,79g Iskola: EN-508,05kcal FH-30,88g ZS-22,79g SZH-45,11g CK-12,58g SO-2,01g Tzs-9,74g Kisiskola: EN-802,40kcal FH-47,76g ZS-32,18g SZH-80,88g CK-15,98g SO-3,33g Tzs-12,47g		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	
KEDD 2023.04.18.		Ovoda: EN-320,15kcal FH-16,12g ZS-12,91g SZH-34,89g CK-1,08g SO-1,51g Tzs-2,44g Iskola: EN-320,15kcal FH-16,12g ZS-12,91g SZH-34,89g CK-1,08g SO-1,51g Tzs-2,44g Kisiskola: EN-640,30kcal FH-32,24g ZS-25,82g SZH-69,75g CK-2,16g SO-3,01g Tzs-4,87g		Tea csipkebogyó; Gépsonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	
SZERDA 2023.04.19.		Ovoda: EN-310,63kcal FH-15,63g ZS-10,39g SZH-36,79g CK-6,15g SO-1,57g Tzs-1,71g Iskola: EN-336,37kcal FH-18,53g ZS-10,94g SZH-41,03g CK-8,21g SO-2,01g Tzs-1,89g Kisiskola: EN-594,24kcal FH-32,71g ZS-17,56g SZH-76,58g CK-11,32g SO-3,35g Tzs-2,83g		Zöldspagetti 'lisztmentes'; Tarkonyos csirke 'lisztmentes'; Uborkasaláta;	
PÉNTEK 2023.04.21.		Ovoda: EN-454,65kcal FH-26,79g ZS-19,74g SZH-42,76g CK-10,28g SO-1,80g Tzs-1,79g Iskola: EN-508,05kcal FH-30,88g ZS-22,79g SZH-45,11g CK-12,58g SO-2,01g Tzs-9,74g Kisiskola: EN-802,40kcal FH-47,76g ZS-32,18g SZH-80,88g CK-15,98g SO-3,33g Tzs-12,47g		Tea csipkebogyó; Gépsonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	
CSÜTÖRTÖK 2023.04.20.		Ovoda: EN-454,65kcal FH-26,79g ZS-19,74g SZH-42,76g CK-10,28g SO-1,80g Tzs-1,79g Iskola: EN-508,05kcal FH-30,88g ZS-22,79g SZH-45,11g CK-12,58g SO-2,01g Tzs-9,74g Kisiskola: EN-802,40kcal FH-47,76g ZS-32,18g SZH-80,88g CK-15,98g SO-3,33g Tzs-12,47g		Tea csipkebogyó; Gépsonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	
PÉNTEK 2023.04.21.		Ovoda: EN-454,65kcal FH-26,79g ZS-19,74g SZH-42,76g CK-10,28g SO-1,80g Tzs-1,79g Iskola: EN-508,05kcal FH-30,88g ZS-22,79g SZH-45,11g CK-12,58g SO-2,01g Tzs-9,74g Kisiskola: EN-802,40kcal FH-47,76g ZS-32,18g SZH-80,88g CK-15,98g SO-3,33g Tzs-12,47g		Tea csipkebogyó; Gépsonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

0300A1 Gluténmentes
Étlap név:

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂;
TZS=Telített zsírsav
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rakéták; 11=Mustár; 12=Szénhidrát; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűk
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegedi OVI (www.oviszegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST
Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
SULI-HOST Kft. dietetikusa(i) kérelmet az alábbi telefonszámon (+36-30-555-3081)
Rendszert 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Joghurt (2)*; Zöldséges harcsapástétom (9)*; Kenyer 'gluténmentes';		Babgulyás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejes' (2)*; Alma;		Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	
HÉTFŐ 2023.04.24.		Óvoda: EN=434, 15kcal Iskola: EN=434, 15kcal FH=20, 44g ZS=20, 86g SZH=41, 18g CK=7, 14g SO=1, 68g Tzs=5, 62g		Óvoda: EN=560, 36kcal Iskola: EN=703, 35kcal FH=29, 73g ZS=11, 10g SZH=94, 71g CK=32, 35g SO=0, 48g Tzs=2, 92g	
KEDD 2023.04.25.		Óvoda: EN=450, 85kcal Iskola: EN=482, 25kcal FH=23, 43g ZS=19, 12g SZH=54, 08g CK=21, 08g SO=1, 69g Tzs=6, 02g		Óvoda: EN=470, 45kcal Iskola: EN=511, 48kcal FH=23, 78g ZS=13, 80g SZH=59, 04g CK=21, 77g SO=0, 23g Tzs=0, 72g	
SZERDA 2023.04.26.		Óvoda: EN=296, 53kcal Iskola: EN=307, 17kcal FH=13, 03g ZS=9, 87g SZH=38, 96g CK=6, 11g SO=1, 12g Tzs=1, 49g		Óvoda: EN=596, 40kcal Iskola: EN=771, 53kcal FH=22, 47g ZS=22, 25g SZH=73, 75g CK=1, 55g SO=0, 53g Tzs=1, 43g	
CSÜTÖRTÖK 2023.04.27.		Óvoda: EN=289, 82kcal Iskola: EN=318, 96kcal FH=15, 66g ZS=7, 71g SZH=39, 30g CK=6, 17g SO=1, 15g Tzs=0, 79g		Óvoda: EN=540, 90kcal Iskola: EN=671, 34kcal FH=24, 25g ZS=17, 02g SZH=66, 76g CK=23, 19g SO=1, 11g Tzs=1, 23g	
PÉNTEK 2023.04.28.		Óvoda: EN=381, 65kcal Iskola: EN=423, 65kcal FH=22, 13g ZS=13, 42g SZH=43, 40g CK=10, 32g SO=1, 77g Tzs=3, 51g		Óvoda: EN=733, 59kcal Iskola: EN=913, 58kcal FH=37, 34g ZS=23, 18g SZH=95, 00g CK=9, 74g SO=1, 89g Tzs=2, 91g	
Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyer 'gluténmentes';		Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes'; Uborka;		Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyer 'gluténmentes';	
Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes'; Uborka;		Tarthonyaleves 'lisztmentes'; Vadas pulykaapró 'tejmentes' (5, 11)*; Szarvacska tészta gluténment.; Alma;		Csikemájkrém 30g; Kenyer 'gluténmentes';	
Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyer 'gluténmentes';		Almaleves ('lisztmentes, tejes') (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	
Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyer 'gluténmentes';		Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes); Parajfőzelék tejjel (2)*; Főtt burgonya; Kenyer 'gluténmentes';		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyer 'gluténmentes';	
Óvoda: EN=289, 82kcal Iskola: EN=318, 96kcal FH=15, 66g ZS=7, 71g SZH=39, 30g CK=6, 17g SO=1, 15g Tzs=0, 79g		Óvoda: EN=540, 90kcal Iskola: EN=671, 34kcal FH=24, 25g ZS=17, 02g SZH=66, 76g CK=23, 19g SO=1, 11g Tzs=1, 23g		Óvoda: EN=324, 45kcal Iskola: EN=332, 45kcal FH=12, 73g ZS=9, 84g SZH=49, 89g CK=17, 50g SO=1, 12g Tzs=1, 49g	
Óvoda: EN=381, 65kcal Iskola: EN=423, 65kcal FH=22, 13g ZS=13, 42g SZH=43, 40g CK=10, 32g SO=1, 77g Tzs=3, 51g		Óvoda: EN=733, 59kcal Iskola: EN=913, 58kcal FH=37, 34g ZS=23, 18g SZH=95, 00g CK=9, 74g SO=1, 89g Tzs=2, 91g		Óvoda: EN=334, 95kcal Iskola: EN=334, 95kcal FH=12, 73g ZS=9, 84g SZH=48, 41g CK=14, 33g SO=1, 12g Tzs=1, 49g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0300A1 Gluténmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂;
TZS=Teljesített 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=Csilagfűrt; 15=Édeslőszel; 16=Puhatestűek
Szeged OVI (www.oiv-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST
Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megadottakhoz. Szobeli tájékoztatást telefonon a
SULI-HOST Kft. dietetikussalól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.04.01.-től 2023.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma mártás 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	128,58kcal	1,16g	2,06g	25,10g	17,10g	0,03g	0,20g
Almaleves (lisztmentes,tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,57kcal	1,72g	0,61g	26,10g	21,28g	0,06g	0,27g
Almás sajtos csirkecomb Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Trappista sajt	242,70kcal	20,25g	11,43g	13,64g	4,42g	0,38g	2,14g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,06g	0,20g
Babgulyás leves sertéshússal Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	227,66kcal	17,16g	6,41g	23,95g	0,85g	0,18g	0,22g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	251,17kcal	13,91g	9,79g	40,47g	0,25g	0,45g	0,61g
Banán Összetétel: Banán	115,50kcal	1,43g	0,00g	26,62g	0,00g	0,00g	0,00g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejő Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bazsalikomos csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,03g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,06g	0,20g
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,91kcal	3,48g	0,52g	11,50g	1,66g	0,22g	0,04g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,04g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	0,00g
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	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.04.01.-től 2023.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csontleves 'lisztmentes'	59,58kcal	1,03g	2,12g	8,94g	0,97g	0,05g	0,22g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Darásmetélt	465,83kcal	4,47g	8,26g	92,24g	32,00g	0,47g	0,70g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta							
Finomfőzelék tejes	201,98kcal	7,31g	3,62g	33,09g	16,04g	0,13g	0,63g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'							
Főtt burgonya	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'							
Frankfurti leves liszt-,tejmentes	151,21kcal	5,46g	8,44g	12,71g	0,56g	0,82g	2,70g
Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli, Vöröshagyma							
Gépsonka (diéta)	17,60kcal	2,90g	0,55g	0,28g	0,04g	0,45g	0,22g
Összetétel: Allergén mentes gépsonka							
Gomba krémleves tej-, lisztmentes	71,01kcal	2,39g	2,24g	10,19g	0,27g	0,08g	0,22g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Gomba leves 'lisztmentes'	77,89kcal	2,73g	2,20g	11,44g	0,99g	0,09g	0,22g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Gombás sertésragu	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,30g	0,40g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Gránátos kocka 'lisztmentes'	337,07kcal	4,34g	7,90g	60,16g	0,42g	0,45g	0,71g
Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fodros nagykocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Gyümölcsrizs 'tejes'	298,60kcal	12,13g	4,69g	63,06g	31,50g	0,30g	2,70g
Összetétel: Fagy. alma, Kristálycukor, Rizs 'A', Tej '1,5%'							
Házi pulykahúskrém	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,09g	0,80g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'							
Húsos tészta	420,14kcal	12,97g	19,23g	46,94g	0,25g	0,45g	0,40g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma							
Jégcsapretek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Jégcsap retek							
Joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Összetétel: Natúr joghurt							
Káposzta saláta	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,03g	0,01g
Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'							
Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Összetétel: Kefir							
Kenyér 'gluténmentes'	240,95kcal	12,73g	6,34g	33,41g	1,08g	1,12g	0,79g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő							

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.04.01.-től 2023.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Száritott élesztő	240,95kcal	12,73g	6,34g	33,41g	1,08g	1,12g	0,79g
Kigyó uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,30g	0,30g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
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	0,03g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,33kcal	13,25g	12,65g	1,97g	0,42g	0,45g	1,53g
Meggyleves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,03g	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	0,15g	0,40g
Milánói makaróni 'lisztmentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,68kcal	14,84g	18,51g	56,03g	8,98g	0,18g	0,34g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	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
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,01g	0,70g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,30g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,15g	0,20g
Őszibarack rostoslé (dobozos) Összetétel: 50%-os őszibarack dobozos gyümölcsle	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: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.04.01.-től 2023.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	0,90g	0,41g
Paradicsom leves 'lisztmentes' Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	103,93kcal	1,93g	0,37g	23,06g	12,48g	0,06g	0,03g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Paradicsomos káposzta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	135,56kcal	3,87g	2,36g	24,61g	10,97g	0,07g	0,24g
Parajfőzelék tejjel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	157,13kcal	6,42g	5,62g	20,34g	7,60g	0,40g	1,30g
Párizsi csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás	279,98kcal	16,44g	19,97g	7,47g	0,04g	0,33g	2,27g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,09g	0,80g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	121,15kcal	2,56g	3,34g	31,67g	0,04g	0,06g	0,35g
Párolt zöldségek ingyenc Összetétel: Fagy. ingyenc zöldség keverék, Liga margarin, Só 'jódozott'	73,80kcal	3,62g	1,60g	10,82g	0,02g	0,09g	0,21g
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Pírtott kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,06g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Rakott brokkoli kölessel sajtos Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Trappista sajt, Vöröshagyma	369,74kcal	23,91g	14,80g	30,88g	3,86g	0,56g	2,57g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	0,31g	0,63g
Rizsleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	48,66kcal	1,44g	1,14g	9,81g	1,39g	0,06g	0,13g
Rostos almalé Összetétel: 50%-os alma dobozos gyümölcslé	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
Sajtszórat Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
Sertés flekken 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,26kcal	17,62g	10,31g	7,89g	0,42g	0,30g	0,41g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.04.01.-től 2023.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Sült hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	0,85g	0,40g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szárazbabfőzelék lisztment. tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szárazbab, Tejföl '12%', Vöröshagyma	237,03kcal	11,77g	3,95g	37,26g	1,58g	0,01g	0,30g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,44kcal	0,75g	0,13g	21,53g	17,22g	0,01g	0,00g
Tarhonyaleves 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,71kcal	1,87g	3,17g	15,38g	1,02g	0,18g	0,32g
Tarhonyás csirke 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	363,09kcal	19,64g	10,82g	44,99g	0,51g	0,12g	0,61g
Tárkonyos csirkeraguleves (gluténmentes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	118,63kcal	11,28g	4,63g	7,33g	0,97g	0,33g	0,21g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,72kcal	0,00g	0,00g	5,06g	5,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,48kcal	0,00g	0,00g	5,04g	5,03g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,30g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2023.04.01.-től 2023.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	24,10kcal	0,60g	0,06g	5,02g	4,00g	0,01g	0,00g
Vadas pulykaapró 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,54kcal	17,76g	13,28g	4,47g	0,53g	0,22g	0,61g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,21kcal	13,07g	8,70g	4,21g	0,09g	0,30g	0,60g
Vagdalt sertés(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,06g	0,26g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zöldborsó leves 'lisztmentes' Összetétel: Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	66,49kcal	3,18g	0,39g	11,99g	2,93g	0,05g	0,05g
Zöldborsófőzelék tejjel 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%	224,42kcal	9,00g	4,89g	34,52g	15,84g	0,21g	0,84g
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,57kcal	13,90g	7,72g	4,20g	1,17g	0,15g	0,32g
Zöldfűszeres harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldséges rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Rizs 'A', Só 'jódozott'	167,24kcal	3,86g	5,80g	36,22g	1,01g	0,26g	0,63g
Zöldségleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	69,90kcal	1,91g	2,65g	9,11g	1,91g	0,21g	0,28g