	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2021.02.01.	Tea 'Citromos'; Lapkasajt (2)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1)*; Kigyóuborka;	Kakaós csiga (1, 2)*;	Rizsleves (5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Kiwi; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2)*; Fejeskáposzta-saláta;
	EN=354,04kcal FH=18,78g ZS=14,55g SZH=37,02g CK=9,46g SÓ=1,94g TZS=8,46g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g	EN=760,13kcal FH=26,22g ZS=31,48g SZH=85,02g CK=6,43g SÓ=3,24g TZS=1,59g	EN=299,90kcal FH=8,08g ZS=7,91g SZH=47,53g CK=21,20g SÓ=0,61g TZS=4,79g	EN=463,17kcal FH=29,48g ZS=13,22g SZH=44,15g CK=2,52g SÓ=2,65g TZS=2,07g
KEDD 2021.02.02.	Főzött kakaó (2, 4)*; Vajkrém (2)*; Kifli (1, 2)*; Kigyóuborka;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*;	Szárnyasraguleves (1, 2, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1)*;	Kockasajt (2)*; Császár zsemle (1, 2)*; Alma;	Húsos tarhonya (1, 5)*; Céklasaláta (6, 15)*;
	EN=349,96kcal FH=11,79g ZS=12,12g SZH=46,91g CK=21,34g SÓ=0,77g TZS=4,56g	EN=241,78kcal FH=6,96g ZS=10,37g SZH=29,18g CK=0,22g SÓ=0,97g TZS=1,60g	EN=703,26kcal FH=38,05g ZS=37,00g SZH=49,98g CK=15,46g SÓ=2,89g TZS=1,20g	EN=270,20kcal FH=7,68g ZS=8,10g SZH=40,26g CK=1,35g SÓ=1,99g TZS=5,10g	EN=594,69kcal FH=23,78g ZS=24,66g SZH=67,00g CK=4,87g SÓ=3,64g TZS=0,82g
SZERDA 2021.02.03.	Tej (2)*; Tauris zöldséges felvágott; Margarin 'Delma' (2)*; Zsemle (1)*; Mandarin;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Tarhonyaleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Paprikás sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1)*; Céklasaláta (6, 15)*;	Dzsem (13)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Alma;	Mustár (11)*; Tea 'Citromos'; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*;
	EN=372,35kcal FH=16,30g ZS=12,23g SZH=48,14g CK=11,75g SÓ=1,86g TZS=5,37g	EN=267,90kcal FH=9,06g ZS=9,30g SZH=36,03g CK=10,95g SÓ=0,54g TZS=5,63g	EN=704,03kcal FH=32,20g ZS=25,30g SZH=79,84g CK=3,26g SÓ=4,63g TZS=2,60g	EN=259,90kcal FH=5,82g ZS=0,60g SZH=56,76g CK=14,03g SÓ=0,84g TZS=0,06g	EN=677,26kcal FH=11,01g ZS=30,62g SZH=68,37g CK=10,03g SÓ=4,04g TZS=3,92g
CSÜTÖRTÖK 2021.02.04.	Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs'; Petrezselymes tejfölösturó (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliző pehely (1)*;	Májgaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Fasírt (1, 3, 5)*; Spenót (1, 2)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1)*;	Mandarin; Briós (1, 2, 3)*;	Kolbásszal töltött panirozott sertéskaraj (1, 2, 3, 4)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Fejeskáposzta-saláta;
	EN=255,21kcal FH=11,24g ZS=3,32g SZH=44,27g CK=9,82g SÓ=1,11g TZS=0,06g	EN=236,80kcal FH=9,11g ZS=6,26g SZH=34,30g CK=8,70g SÓ=0,25g TZS=0,09g	EN=788,96kcal FH=36,10g ZS=36,44g SZH=76,30g CK=16,52g SÓ=3,09g TZS=3,63g	EN=305,90kcal FH=6,02g ZS=5,25g SZH=56,98g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=429,45kcal FH=19,91g ZS=11,71g SZH=55,60g CK=2,74g SÓ=3,15g TZS=0,43g
PÉNTEK 2021.02.05.	Tej (2)*; Főtt tojás (3)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1)*; Kigyóuborka;	Csemege szalámi; Zsemle (1)*;	Sárgaborsógulyás (1, 2, 3, 5, 11)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Narancs;	Joghurt (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Narancs; Májkrém; Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=345,35kcal FH=18,48g ZS=11,21g SZH=39,79g CK=12,10g SÓ=1,35g TZS=4,56g	EN=245,25kcal FH=7,84g ZS=10,53g SZH=28,67g CK=0,16g SÓ=1,48g TZS=4,52g	EN=934,43kcal FH=32,46g ZS=40,96g SZH=103,81g CK=19,05g SÓ=1,30g TZS=1,24g	EN=273,12kcal FH=9,43g ZS=8,99g SZH=37,46g CK=12,16g SÓ=0,55g TZS=5,42g	EN=684,65kcal FH=17,65g ZS=34,06g SZH=73,12g CK=5,07g SÓ=2,73g TZS=16,00g

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

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2021.02.06.	Tea 'Citromos'; Magyaros sajtkrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Sárgaborsófőzelék (1, 5)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Szárnyasraguleves (1, 2, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*;	Kockasajt (2)*; Zsemle (1)*; Narancs;	Roston sült hal (1, 5, 9)*; Törtburgonya (5)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=241,74kcal FH=8,02g ZS=6,60g SZH=37,51g CK=9,40g SÓ=1,44g TZS=0,24g	EN=236,85kcal FH=11,28g ZS=4,91g SZH=36,27g CK=13,13g SÓ=0,72g TZS=2,85g	EN=846,81kcal FH=49,87g ZS=36,82g SZH=74,07g CK=5,07g SÓ=2,80g TZS=1,05g	EN=282,65kcal FH=8,16g ZS=7,53g SZH=43,13g CK=0,16g SÓ=1,88g TZS=4,82g	EN=504,72kcal FH=18,98g ZS=17,63g SZH=62,79g CK=0,54g SÓ=2,60g TZS=1,79g
VASÁRNAP 2021.02.07.	Tea 'Citromos'; Olasz felvágott (1, 4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Hosszú zsemle (1)*;	Tej (2)*; Zsemle (1)*;	Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Fűszeres burgonya steak (5)*; Gyrosos csirkemell csíkok (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Frankfurti leves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*;	Kefír (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*; Alma;	Sertéspörkölt (1)*; Zöldbabfőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=293,95kcal FH=9,28g ZS=11,33g SZH=37,90g CK=9,39g SÓ=1,65g TZS=4,48g	EN=250,45kcal FH=11,99g ZS=4,28g SZH=40,17g CK=11,66g SÓ=0,89g TZS=2,57g	EN=728,34kcal FH=32,20g ZS=29,00g SZH=71,24g CK=1,28g SÓ=4,32g TZS=2,47g	EN=302,10kcal FH=9,24g ZS=9,15g SZH=44,13g CK=10,65g SÓ=0,54g TZS=5,49g	EN=563,37kcal FH=26,16g ZS=30,31g SZH=42,21g CK=9,61g SÓ=1,97g TZS=0,75g

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; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestüek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2021.02.08.	Tea 'Citromos'; Csemege szalámi; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Rozs' (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Paradicsomleves betűtésztával (1, 3, 5)*; Csirkemájas sertésragu (1, 5)*; Kukoricás rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Lapkasajt (2)*; Zsemle (1)*; Mandarin;	Natúr sertés szelet (1, 5)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=312,94kcal FH=7,68g ZS=12,88g SZH=41,09g CK=9,34g SÓ=1,84g TZS=4,98g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=713,82kcal FH=28,64g ZS=25,96g SZH=109,53g CK=20,09g SÓ=3,36g TZS=1,52g	EN=327,45kcal FH=17,73g ZS=12,03g SZH=35,53g CK=0,16g SÓ=1,64g TZS=7,82g	EN=545,59kcal FH=36,94g ZS=13,83g SZH=64,59g CK=24,29g SÓ=1,65g TZS=1,81g
KEDD 2021.02.09.	Tejeskávé (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Magyaros vajkrém (2)*; Kigyóuborka;	~~Zöldfűszeres~~ halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*; Mandarin; Paradicsom	Burgonyapüré (2)*; Rántott sajt 'Mirelit' (1, 2, 3)*; Frankfurti leves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Brassói aprópecsenye (5)*; Bulgur (1, 5)*; Céklasaláta (6, 15)*;
	EN=504,20kcal FH=20,82g ZS=18,22g SZH=63,37g CK=31,52g SÓ=1,40g TZS=10,99g	EN=258,55kcal FH=6,63g ZS=10,28g SZH=33,40g CK=1,69g SÓ=0,86g TZS=1,83g	EN=703,63kcal FH=20,20g ZS=30,25g SZH=76,13g CK=3,34g SÓ=3,13g TZS=3,42g	EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g	EN=655,75kcal FH=25,23g ZS=32,76g SZH=55,38g CK=3,98g SÓ=3,56g TZS=1,24g
SZERDA 2021.02.10.	Tea 'Citromos'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Kenőmájas (1, 2, 4)*; ~~Kigyóuborka;~~ Paradicsom	Túrós bukta (1, 2, 3)*; Mandarin;	Zöldborsóleves (1, 2, 3, 5)*; Húsos-paradicsomos rakott tészta (1, 2, 4)*; Alma;	Molnárka (1, 2, 3)*; Kockasajt (2)*;	Rizseshús (5)*; Fejeskáposzta-saláta;
	EN=284,14kcal FH=9,72g ZS=10,25g SZH=38,11g CK=9,92g SÓ=1,72g TZS=4,16g	EN=255,50kcal FH=9,59g ZS=5,25g SZH=41,16g CK=11,90g SÓ=0,34g TZS=0,07g	EN=717,81kcal FH=31,77g ZS=25,05g SZH=91,55g CK=10,17g SÓ=2,05g TZS=4,59g	EN=267,90kcal FH=7,16g ZS=10,90g SZH=34,29g CK=4,95g SÓ=1,63g TZS=6,54g	EN=572,00kcal FH=23,10g ZS=33,44g SZH=65,51g CK=1,07g SÓ=2,85g TZS=1,01g
CSÜTÖRTÖK 2021.02.11.	Tej (2)*; Házi körözött (2)*; Kenyér 'Rozs' (1)*; Jégcsap retek;	Méz; Fonottka (1, 2, 3)*; Margarin mini 'Vitelma';	Rakott kelkáposzta (1, 2, 3)*; Magyaros burgonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Joghurt (2)*; Kiwi; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Pizza (1, 2)*; Tea 'Citromos';
	EN=323,11kcal FH=18,23g ZS=7,02g SZH=45,51g CK=11,84g SÓ=1,42g TZS=2,31g	EN=277,60kcal FH=4,20g ZS=6,85g SZH=50,48g CK=20,92g SÓ=0,41g TZS=1,95g	EN=763,72kcal FH=30,55g ZS=40,27g SZH=70,39g CK=1,93g SÓ=2,99g TZS=5,61g	EN=309,52kcal FH=10,13g ZS=8,99g SZH=45,37g CK=12,16g SÓ=0,55g TZS=5,42g	EN=655,55kcal FH=24,15g ZS=27,66g SZH=71,61g CK=16,58g SÓ=2,35g TZS=5,04g
PÉNTEK 2021.02.12.	Gyümölcs tea; Csirkemell sonka (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Kigyóuborka;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliző pehely (1)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Galuska (1, 3)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Fonottka 'Napraforgómagos' (1, 2, 3)*; Margarin mini 'Vitelma'; Narancs;	Ásványvíz; Camping sajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=270,30kcal FH=11,90g ZS=7,01g SZH=39,68g CK=9,70g SÓ=1,84g TZS=2,04g	EN=236,80kcal FH=9,11g ZS=6,26g SZH=34,30g CK=8,70g SÓ=0,25g TZS=0,09g	EN=708,17kcal FH=41,89g ZS=15,36g SZH=143,97g CK=22,11g SÓ=2,87g TZS=1,83g	EN=308,20kcal FH=6,24g ZS=9,40g SZH=46,80g CK=6,00g SÓ=0,42g TZS=2,64g	EN=599,45kcal FH=15,31g ZS=29,59g SZH=66,26g CK=14,16g SÓ=2,96g TZS=16,95g

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; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestüek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2021.02.13.	Tea 'Citromos'; Zala felvágott (4)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Kigyóuborka;	Tej (2)*; Kifli 'Szezámmagos' (1, 2, 12)*;	Marha pörkölt (1, 2, 3, 5, 11)*; Tarhonya (1, 5)*; Gyümölcsleves (1, 2)*;	Sajt (2)*; Zsemle (1)*;	Chilisbab (1, 5)*; Alma; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=285,14kcal FH=10,64g ZS=7,45g SZH=43,73g CK=9,82g SÓ=1,76g TZS=2,86g	EN=247,17kcal FH=11,71g ZS=6,89g SZH=34,33g CK=13,01g SÓ=0,64g TZS=3,11g	EN=675,64kcal FH=28,40g ZS=23,44g SZH=85,61g CK=24,12g SÓ=1,46g TZS=1,24g	EN=265,25kcal FH=14,24g ZS=9,33g SZH=29,87g CK=0,16g SÓ=1,44g TZS=6,32g	EN=575,97kcal FH=30,42g ZS=16,96g SZH=72,30g CK=2,10g SÓ=1,14g TZS=0,32g
VASÁRNAP 2021.02.14.	Gyümölcs tea; Kenőmájas (1, 2, 4)*; Zsemle 'Korpás' (1)*; Zöldpaprika;	Tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Párolt rizs (5)*; Alföldileves (1, 2, 3, 5, 11)*; Lecsós sertésragu (1, 5)*;	Fonott kalács (1, 2, 3)*; Alma;	Sült virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1)*; Sárgarépafőzelék (1, 2)*;
	EN=294,90kcal FH=9,14g ZS=10,39g SZH=39,74g CK=9,71g SÓ=1,52g TZS=4,24g	EN=236,85kcal FH=11,28g ZS=4,91g SZH=36,27g CK=13,13g SÓ=0,72g TZS=2,85g	EN=590,58kcal FH=20,75g ZS=30,76g SZH=77,38g CK=1,08g SÓ=2,70g TZS=1,61g	EN=255,00kcal FH=5,50g ZS=4,82g SZH=45,89g CK=6,27g SÓ=0,46g TZS=2,38g	EN=494,05kcal FH=9,69g ZS=21,70g SZH=52,80g CK=19,13g SÓ=2,68g TZS=3,34g

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; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestüek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2021.02.15.	Gyümölcs tea 'Meggy'; Diákcsemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Kiwi;	Kakaós csiga (1, 2)*;	Szárnyasgulyásleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1)*;	Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Mandarin;	Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sárgarépafőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=449,10kcal FH=12,96g ZS=23,36g SZH=45,95g CK=9,48g SÓ=2,48g TZS=8,80g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g	EN=837,80kcal FH=28,08g ZS=17,35g SZH=139,44g CK=42,11g SÓ=1,84g TZS=1,51g	EN=251,35kcal FH=7,22g ZS=8,16g SZH=35,89g CK=1,63g SÓ=1,71g TZS=5,10g	EN=512,61kcal FH=31,29g ZS=13,28g SZH=55,98g CK=19,19g SÓ=2,21g TZS=1,48g
KEDD 2021.02.16.	Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Kigyóuborka;	Méz; Margarin mini 'Vitelma'; Kifli (1, 2)*; Narancs;	Daragaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Hagymás burgonya; Pince ragu (1)*; Mandarin; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1)*;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*;
	EN=324,80kcal FH=14,39g ZS=9,00g SZH=46,71g CK=12,28g SÓ=1,17g TZS=5,23g	EN=258,65kcal FH=4,25g ZS=3,66g SZH=51,45g CK=18,05g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=758,11kcal FH=28,50g ZS=26,67g SZH=93,26g CK=3,07g SÓ=2,94g TZS=1,60g	EN=267,90kcal FH=9,06g ZS=9,30g SZH=36,03g CK=10,95g SÓ=0,54g TZS=5,63g	EN=519,12kcal FH=29,65g ZS=15,31g SZH=56,74g CK=7,16g SÓ=2,04g TZS=1,26g
SZERDA 2021.02.17.	Tea 'Citromos'; Zala felvágott (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliző pehely (1)*;	Vágott tojásleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1)*;	Briós (1, 2, 3)*; Mandarin;	Bácskai rizseshús (5)*; Kovászos uborka (1)*;
	EN=288,52kcal FH=9,64g ZS=10,47g SZH=37,66g CK=9,20g SÓ=1,60g TZS=3,89g	EN=236,80kcal FH=9,11g ZS=6,26g SZH=34,30g CK=8,70g SÓ=0,25g TZS=0,09g	EN=712,52kcal FH=34,94g ZS=28,18g SZH=71,64g CK=25,06g SÓ=2,88g TZS=3,77g	EN=305,90kcal FH=6,02g ZS=5,25g SZH=56,98g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=481,14kcal FH=18,26g ZS=27,45g SZH=58,45g CK=0,63g SÓ=3,25g TZS=1,02g
CSÜTÖRTÖK 2021.02.18.	Vaníliás tej (1, 2)*; Főtt tojás (3)*; Margarin 'Liga'; Kifli (1, 2)*; Jégcsap retek;	Margarin mini 'Vitelma'; Hosszú zsemle (1)*; Kiwi;	Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1)*; Székelykáposzta (1, 2, 3, 5, 6, 11)*; Húsgombócleves (1, 2, 3, 5)*;	Kefír (2)*; Fonottka (1, 2, 3)*;	Tiszai aprópecsenye (1, 5)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=412,76kcal FH=16,59g ZS=15,02g SZH=48,23g CK=24,36g SÓ=0,98g TZS=6,92g	EN=195,21kcal FH=4,78g ZS=3,03g SZH=35,68g CK=0,16g SÓ=0,64g TZS=0,32g	EN=700,67kcal FH=32,95g ZS=39,55g SZH=53,40g CK=1,30g SÓ=7,56g TZS=1,07g	EN=285,00kcal FH=9,00g ZS=9,60g SZH=39,70g CK=10,20g SÓ=0,56g TZS=5,40g	EN=513,06kcal FH=20,11g ZS=28,19g SZH=41,42g CK=11,86g SÓ=2,12g TZS=1,72g
PÉNTEK 2021.02.19.	Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó'; Tejfölös-túró (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Alma;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Gombás sertésragu (1, 2, 5)*; Párolt rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1)*; Céklasaláta (6, 15)*;	Kockasajt (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Kiwi;	Joghurt (2)*; Májkrém; Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Zsemle (1)*;
	EN=339,34kcal FH=17,09g ZS=7,60g SZH=49,06g CK=9,22g SÓ=0,96g TZS=0,48g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=758,53kcal FH=24,55g ZS=30,91g SZH=115,68g CK=24,59g SÓ=3,93g TZS=2,03g	EN=289,60kcal FH=9,24g ZS=7,60g SZH=45,53g CK=0,78g SÓ=2,08g TZS=4,56g	EN=742,05kcal FH=22,74g ZS=38,83g SZH=72,82g CK=9,60g SÓ=3,05g TZS=19,32g

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

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2021.02.20.	Tea 'Citromos'; Zala felvágott (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Kigyóuborka;	Tej (2)*; Zabpehely (1, 2, 3, 6)*;	Babgulyás (1, 2, 3, 5, 11)*; Porcukor (1, 13)*; Baracklekvár; Darás metélt (1)*;	Alma; Lapkasajt (2)*; Zsemle (1)*;	Finomfőzelék (1, 2)*; Csirke csíkok pirítva (1)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=280,94kcal FH=10,52g ZS=9,85g SZH=37,68g CK=9,40g SÓ=1,86g TZS=3,76g	EN=264,40kcal FH=13,51g ZS=6,47g SZH=37,22g CK=11,50g SÓ=0,25g TZS=2,25g	EN=886,08kcal FH=28,72g ZS=25,30g SZH=132,79g CK=41,91g SÓ=1,42g TZS=1,37g	EN=333,15kcal FH=17,72g ZS=12,03g SZH=37,07g CK=0,16g SÓ=1,64g TZS=7,82g	EN=466,91kcal FH=26,68g ZS=12,05g SZH=61,17g CK=15,23g SÓ=2,06g TZS=1,81g
VASÁRNAP 2021.02.21.	Tea 'Citromos'; Metélőhagymás vajkrém (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Kigyóuborka;	Tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Fejeskáposzta-saláta; Burgonyapüré (2)*; Zöldborsóleves (1, 2, 3, 5)*; Rántott szelet (1, 2, 3)*;	Banán; Gabonás keksz 'Teljes kiörlésű' (1, 5)*;	Párolt sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sóskamártás (1, 2, 5)*; Törtburgonya (5)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=280,74kcal FH=6,36g ZS=8,59g SZH=44,38g CK=9,82g SÓ=1,04g TZS=4,86g	EN=236,85kcal FH=11,28g ZS=4,91g SZH=36,27g CK=13,13g SÓ=0,72g TZS=2,85g	EN=707,23kcal FH=35,58g ZS=24,22g SZH=80,34g CK=6,28g SÓ=3,97g TZS=3,43g	EN=310,40kcal FH=4,88g ZS=6,40g SZH=57,04g CK=9,20g SÓ=0,18g TZS=3,12g	EN=659,16kcal FH=32,64g ZS=17,00g SZH=86,71g CK=22,05g SÓ=3,49g TZS=0,64g

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

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2021.02.22.	Sajtkrém (2, 5)*; Főzött kakaó (2, 4)*; Kenyér 'Rozs' (1)*; Kigyóuborka;	Csirke májkrém; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*;	Karfiolleves (1, 2, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Vegyes vágott (6, 15)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Paprikás sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*; Céklasaláta (6, 15)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=435,91kcal FH=15,38g ZS=15,56g SZH=57,44g CK=19,96g SÓ=2,16g TZS=9,54g	EN=220,18kcal FH=7,68g ZS=7,79g SZH=28,77g CK=0,16g SÓ=0,97g TZS=2,02g	EN=735,56kcal FH=29,04g ZS=27,55g SZH=88,00g CK=7,14g SÓ=5,24g TZS=1,25g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=603,30kcal FH=29,70g ZS=20,77g SZH=68,92g CK=2,41g SÓ=3,51g TZS=1,34g
KEDD 2021.02.23.	Zöldtea-citrusos; Csemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Bazsalikomos paradicsomleves (1, 3, 5)*; Rántott halfilé (1, 3, 9)*; Rizibizi (5)*; Befött 'Öszibarack';	Briós (1, 2, 3)*; Narancs;	Borsos tokány sertéshúsból (5)*; Galuska (1, 3)*; Fejeskáposzta-saláta;
	EN=300,70kcal FH=8,96g ZS=13,00g SZH=36,59g CK=9,46g SÓ=1,78g TZS=5,16g	EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g	EN=707,79kcal FH=26,56g ZS=16,95g SZH=132,13g CK=32,06g SÓ=3,85g TZS=1,99g	EN=323,60kcal FH=6,25g ZS=5,25g SZH=60,32g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=657,27kcal FH=40,06g ZS=31,09g SZH=97,03g CK=1,04g SÓ=2,36g TZS=1,31g
SZERDA 2021.02.24.	Tejeskávé (1, 2)*; Májusi csemege (2, 4, 5, 11)*; Margarin 'Liga'; Császár zsemle 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Jégcsap retek;	Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Burgonyagombóc leves (1, 2, 3, 5, 11)*; Chilisbab sertés hússal (1, 2, 3, 5, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Kiwi;	Dzsem (13)*; Margarin mini 'Vitelma'; Zsemle (1)*;	Gyrosos csirkemell csíkok (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Mexikói rizs (5)*; Mandarin;
	EN=527,50kcal FH=25,21g ZS=16,42g SZH=59,37g CK=31,22g SÓ=2,17g TZS=8,90g	EN=219,85kcal FH=6,73g ZS=8,16g SZH=29,03g CK=1,63g SÓ=1,71g TZS=5,10g	EN=703,71kcal FH=35,90g ZS=20,35g SZH=85,84g CK=5,31g SÓ=2,42g TZS=0,69g	EN=225,55kcal FH=4,24g ZS=3,03g SZH=43,67g CK=13,41g SÓ=0,64g TZS=0,32g	EN=454,71kcal FH=27,03g ZS=14,67g SZH=71,95g CK=2,88g SÓ=2,25g TZS=1,01g
CSÜTÖRTÖK 2021.02.25.	Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs'; Sajt (2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kifli (1, 2)*; Mandarin;	Csemege szalámi; ~~Kigyóuborka;~~ Zsemle (1)*; Paradicsom	Alföldileves (1, 2, 3, 5, 11)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Gyümölcsmártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Joghurt (2)*; Fonottka (1, 2, 3)*;	Húsos lecsó; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Alma;
	EN=344,65kcal FH=14,10g ZS=12,36g SZH=42,53g CK=10,67g SÓ=1,37g TZS=7,32g	EN=251,25kcal FH=8,34g ZS=10,58g SZH=29,52g CK=0,16g SÓ=1,48g TZS=4,52g	EN=705,57kcal FH=32,16g ZS=16,68g SZH=95,08g CK=35,41g SÓ=3,88g TZS=1,45g	EN=288,00kcal FH=9,30g ZS=9,75g SZH=40,00g CK=10,50g SÓ=0,56g TZS=5,55g	EN=517,00kcal FH=20,07g ZS=22,40g SZH=65,80g CK=5,94g SÓ=4,90g TZS=0,44g
PÉNTEK 2021.02.26.	Tea 'Citromos'; Kapros turókrém (2)*; Kenyér 'Rozs' (1)*; Kigyóuborka;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggelizö pehely (1)*;	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Alma; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*; Mandarin;	Camping sajt (2)*; Zsemle (1)*; Kakaós csiga (1, 2)*; Alma;
	EN=247,59kcal FH=10,38g ZS=3,25g SZH=43,16g CK=9,34g SÓ=1,20g TZS=0,06g	EN=236,80kcal FH=9,11g ZS=6,26g SZH=34,30g CK=8,70g SÓ=0,25g TZS=0,09g	EN=774,24kcal FH=28,66g ZS=25,74g SZH=104,61g CK=20,11g SÓ=1,71g TZS=2,79g	EN=259,15kcal FH=6,69g ZS=10,31g SZH=33,52g CK=1,69g SÓ=0,86g TZS=1,83g	EN=650,25kcal FH=16,50g ZS=28,96g SZH=78,56g CK=12,69g SÓ=3,13g TZS=16,67g

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; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestüek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2021.02.27.	Tea 'Citromos'; Krasno sonka; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Kigyóuborka;	Poharas tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Sárgaborsóleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Galuska (1, 3)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;	Kockasajt (2)*; Alma; Kifli (1, 2)*;	Párolt sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Paradicsommártás (1, 5)*; Törtburgonya (5)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=241,74kcal FH=12,18g ZS=4,81g SZH=37,54g CK=9,74g SÓ=1,74g TZS=1,64g	EN=298,90kcal FH=10,76g ZS=9,50g SZH=40,63g CK=4,95g SÓ=0,39g TZS=2,04g	EN=817,34kcal FH=57,80g ZS=21,63g SZH=139,79g CK=2,38g SÓ=2,58g TZS=1,67g	EN=257,05kcal FH=7,21g ZS=8,16g SZH=37,43g CK=1,63g SÓ=1,71g TZS=5,10g	EN=604,96kcal FH=31,07g ZS=16,24g SZH=79,15g CK=17,89g SÓ=2,15g TZS=0,88g
VASÁRNAP 2021.02.28.	Tej (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Zsemle 'Korpás' (1)*; Kigyóuborka;	Zala felvágott (4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Rozs' (1)*; Zöldpaprika;	Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Marha erőleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Fűszeres sertéstarja (5)*; Steak burgonya (5)*;	Mákos kifli;	Pulyka pörkölt (1)*; Tészta 'Copfocska' (1)*; Csemege uborka (6, 15)*;
	EN=364,80kcal FH=16,60g ZS=12,96g SZH=44,76g CK=11,66g SÓ=1,94g TZS=8,09g	EN=264,00kcal FH=9,54g ZS=9,83g SZH=33,84g CK=0,36g SÓ=1,92g TZS=3,58g	EN=128,89kcal FH=4,30g ZS=2,67g SZH=21,50g CK=1,21g SÓ=1,39g TZS=0,39g	EN=319,20kcal FH=7,28g ZS=13,58g SZH=39,90g CK=7,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=525,56kcal FH=29,63g ZS=19,09g SZH=57,37g CK=3,39g SÓ=2,70g TZS=1,23g

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; SÓ=SÓ; TZS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestüek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg **Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Alföldileves	96,64kcal	2,20g	3,35g	12,98g	0,52g	1,00g	0,59g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. gyökér csík, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. sárgarépa csík, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásmentes tarhonya, Tojásos gyufatészta, Vöröshagyma							
Alma	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Alma/Idared							
Ásványvíz	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Ásványvíz 0,5l							
Babgulyás	313,11kcal	17,53g	15,74g	23,04g	1,11g	0,97g	0,26g
Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölthús alapíz 'Knorr', Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', Marhaapróhús/ gulyáskocka, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Tojás, Vöröshagyma							
Bácskai rizseshús	475,29kcal	18,00g	27,41g	57,36g	0,63g	1,92g	1,02g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Banán	126,00kcal	1,56g	0,00g	29,04g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Banán							
Baracklekvár	73,80kcal	0,11g	0,03g	18,06g	18,00g	0,03g	0,00g
Összetétel: Lekvár(sárgabarack)							
Bazsalikomos paradicsomleves	162,69kcal	4,02g	2,61g	30,48g	18,58g	0,96g	0,31g
Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller kocka, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tojásmentes rizsszem, Tojásos betűtészta, Vöröshagyma, Zeller zöld							
Befött 'Őszibarack'	43,20kcal	0,36g	0,02g	11,64g	10,60g	0,02g	0,01g
Összetétel: Befőtt 'Őszibarack, felezett'							
Borsos tokány sertéshúsból	253,05kcal	13,39g	20,71g	1,58g	0,47g	0,75g	0,31g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Brassói aprópecsenye	311,64kcal	16,88g	25,49g	1,53g	0,46g	0,77g	0,31g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Briós	274,40kcal	5,53g	5,25g	50,12g	16,45g	0,49g	2,59g
Összetétel: Briós cukros 50g, Briós cukros 70g							
Bulgur	316,80kcal	7,57g	7,21g	47,65g	1,92g	1,19g	0,93g
Összetétel: Bulgur, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Burgonyagombóc leves	116,01kcal	2,98g	2,61g	15,31g	1,26g	1,27g	0,27g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. nudli, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller kocka, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Burgonyapüré	255,08kcal	6,64g	4,72g	42,23g	1,75g	0,80g	1,95g
Összetétel: Kocka Waja margarin, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '2,8%', Tisztított burgonya							
Camping sajt	180,00kcal	8,00g	13,80g	6,00g	0,00g	2,00g	9,00g
Összetétel: Tömlős sajt 100g(natúr)							
Céklasaláta	27,30kcal	0,78g	0,06g	6,19g	1,60g	1,60g	0,00g
Összetétel: Céklasaláta							
Chilisbab	458,67kcal	27,27g	16,66g	47,22g	1,71g	0,72g	0,29g
Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Marha lábszár, Oregánó, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Szárazbab, Vöröshagyma							
Chilisbab sertés hússal	520,93kcal	32,02g	17,55g	55,41g	3,94g	0,72g	0,31g
Összetétel: Babérlevél, Bazsalikom, Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölthús alapíz 'Knorr', Kristálycukor, Marhaapróhús/ gulyáskocka, Marhahúsleves alap 'Knorr', Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Szárazbab, Vöröshagyma							
Császár zsemle	140,00kcal	4,00g	1,10g	27,60g	1,35g	0,75g	0,60g
Összetétel: Császár zsemle							
Császár zsemle 'Teljes kiörlésű'	126,50kcal	4,30g	0,60g	24,25g	0,00g	0,60g	0,35g
Összetétel: Zsemle 'Császár' Teljes Kiörlésű 50g							
Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,84g	4,20g
Összetétel: Csemege szalámi							
Csemege uborka	5,28kcal	0,23g	0,03g	1,00g	0,00g	1,52g	0,00g
Összetétel: Csemege uborka							
Csirke csíkok pirítva	139,00kcal	16,04g	6,69g	2,91g	0,13g	0,71g	0,30g
Összetétel: Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Csirke májkrém	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Összetétel: Csirke májaskrém 30g 'Eurofood'							
Csirke pörkölt	187,71kcal	20,85g	8,31g	6,11g	0,78g	0,65g	0,37g
Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb felső 'csontos', Csirkecomb felső filé, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Csirkemájas sertésragu	218,93kcal	15,32g	15,07g	4,18g	0,38g	0,78g	0,21g
Összetétel: Csemege paprika, Csirkemáj, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Majoranna, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Csirkemell sonka	50,40kcal	6,40g	2,40g	0,80g	0,48g	0,96g	0,84g
Összetétel: Csirkemell sonka (Fincsik,Ahida)							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg **Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Daragaluskaleves	184,72kcal	5,25g	4,97g	28,29g	1,11g	1,02g	0,67g
Összetétel: Búzadara, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. gyökér csík, Fagy. karalábé, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. sárgarépa csík, Fagy. zeller csík, Fagy. zeller kocka, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Tojás, Tojáslé, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma							
Darás metélt	419,17kcal	11,08g	9,53g	71,69g	2,80g	0,42g	1,11g
Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélttészta							
Diákcsemege szalámi	99,40kcal	3,60g	9,40g	0,10g	0,10g	0,80g	3,80g
Összetétel: Diákcsemege szalámi							
Diós metélt	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,37g	0,91g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélttészta							
Diós porcukor	256,20kcal	5,58g	17,10g	18,51g	15,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Dióbél, Porcukor							
Dörgicsei csirkeraguleves	141,03kcal	13,49g	6,03g	7,78g	1,21g	0,93g	0,26g
Összetétel: Csirkecomb felső filé, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. petr.zöld, Fagy. romano bab, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojásos eperkocka, Vöröshagyma							
Dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Összetétel: Dzsem 'sárgabarack'							
Dzsungel reggeliző pehely	112,80kcal	2,31g	0,66g	23,70g	8,70g	0,25g	0,09g
Összetétel: Dzsungel reggeliző pehely 30g							
Fahéjas szilvaleves	128,13kcal	1,32g	0,66g	28,38g	21,96g	0,20g	0,28g
Összetétel: Citrom, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só 'jódozott', Szegfűszeg							
Fasírt	298,67kcal	12,93g	21,88g	10,92g	0,84g	0,88g	0,95g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma							
Fatörzskifli	180,12kcal	4,33g	3,59g	31,46g	6,16g	0,40g	1,82g
Összetétel: Fatörzskifli							
Fejeskáposzta-saláta	4,51kcal	0,27g	0,08g	0,86g	0,57g	1,02g	0,00g
Összetétel: Fejeskáposzta-saláta							
Finomfőzelék	247,81kcal	7,97g	5,05g	41,57g	14,71g	0,93g	1,48g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. finomfőzelék, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Fonott kalács	217,80kcal	5,02g	4,82g	37,49g	6,27g	0,46g	2,38g
Összetétel: Fonott kalács 0,5kg, Fonott kalács 1kg							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Fonottka	195,00kcal	4,20g	4,35g	34,00g	4,50g	0,41g	1,95g
Összetétel: Fonottka 50g							
Fonottka 'Napraforgómagos'	236,40kcal	5,52g	6,90g	36,60g	6,00g	0,42g	2,64g
Összetétel: Kelt fonottka napraforgómaggal							
Főtt tojás	73,35kcal	4,95g	4,41g	0,32g	0,18g	0,16g	1,35g
Összetétel: Tojás főzött,tiszt.(Capriovus)							
Főzött kakaó	168,91kcal	6,90g	6,51g	19,99g	19,66g	0,21g	3,96g
Összetétel: Kakaópor 22%, Kristálycukor, Tej '2,8%'							
Frankfurti leves virslivel	238,31kcal	3,81g	14,75g	14,41g	0,84g	1,50g	1,44g
Összetétel: Csemege paprika, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Húsmester virsli, Kelkáposzta, Köménymag, Magyaros levesalap 'Knorr', Majoranna, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Vöröshagyma							
Fűszeres burgonya steak	257,98kcal	5,57g	6,18g	40,67g	0,13g	1,39g	0,60g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tisztított burgonya							
Fűszeres sertéstarja	197,02kcal	12,15g	42,93g	0,94g	0,26g	0,50g	0,10g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés tarja, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Gabonás keksz 'Teljes kiőrlésű'	184,40kcal	3,32g	6,40g	28,00g	9,20g	0,18g	3,12g
Összetétel: Gabonás keksz 40g/Ego							
Galuska	399,70kcal	26,40g	10,30g	94,60g	0,00g	0,59g	1,00g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. galuska, Só 'jódozott, főzővíz'							
Gombás sertésragu	292,35kcal	14,65g	23,21g	4,10g	0,63g	0,82g	0,93g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Gyrosos csirkemell csíkok	164,85kcal	20,21g	7,76g	2,64g	0,13g	1,01g	0,30g
Összetétel: Csirkecomb felső filé, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés fűszerkeverék 'Hügli', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Gyümölcs tea	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor							
Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó'	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor							
Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs'	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg **Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Gyümölcs tea 'Meggy'	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor							
Gyümölcsleves	140,96kcal	1,72g	0,73g	31,32g	20,53g	0,21g	0,20g
Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fagy. meggy, Fagy. ribizli, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só 'jódozott', Szegfűszeg							
Gyümölcsmártás	199,55kcal	1,94g	0,64g	45,12g	34,51g	0,64g	0,21g
Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fagy. szilva, Fahéj, Finomliszt BL55, Főzőtejszín 10%, Kristálycukor, Puding porok, Só 'jódozott', Szegfűszeg							
Gyümölcsös krémjoghurt	125,00kcal	4,12g	4,00g	17,50g	16,25g	0,23g	2,75g
Összetétel: Gyümölcsös krémjoghurt 125g							
Hagymás burgonya	253,09kcal	5,64g	5,27g	41,61g	0,51g	0,74g	0,51g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tisztított burgonya, Vöröshagyma							
Halpaprikás	100,31kcal	11,16g	4,03g	4,52g	1,40g	1,65g	0,51g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Halászlé sűrítmény, Halfilé (Pangasius), Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Házi körözött	56,11kcal	5,85g	2,74g	1,61g	0,04g	0,27g	0,00g
Összetétel: Csemege paprika, Köménymag, Só 'jódozott', Tehéntúró, Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Hosszú zsemle	136,21kcal	4,08g	0,53g	27,77g	0,16g	0,64g	0,32g
Összetétel: Hosszú zsemle							
Hot-Dog	630,72kcal	10,60g	30,15g	58,45g	0,99g	3,94g	3,90g
Összetétel: Hosszú zsemle, Húsmester virsli, Mustár							
Húsgombócleves	254,08kcal	12,42g	16,08g	13,11g	1,00g	1,08g	0,37g
Összetétel: Babérlevél, Citromlé 40%, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér csík, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa csík, Fagy. zeller csík, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tojás, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma							
Húsos lecsó	399,70kcal	16,92g	22,10g	40,72g	5,55g	4,48g	0,41g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Kristálycukor, Lecsó (natúr 30%), Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Húsos tarhonya	567,39kcal	23,01g	24,61g	60,81g	3,27g	2,04g	0,82g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma							
Húsos-paradicsomos rakott tészta	600,53kcal	27,61g	22,64g	73,00g	6,84g	1,11g	4,30g
Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt karajvég, Kristálycukor, Oregánó, Sajt 'Trappista' 'reszelt', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Tojásmentes penne, Vöröshagyma							
Jégcsap retek	7,00kcal	0,55g	0,05g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Jégcsap retek							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg **Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Összetétel: Joghurt natúr							
Kakaós csiga	292,60kcal	3,78g	14,63g	35,49g	12,53g	0,49g	7,35g
Összetétel: Kakaós csiga 50g, Kakaós csiga 70g							
Kapros turókrém	55,05kcal	5,80g	2,72g	1,46g	0,00g	0,30g	0,00g
Összetétel: Kapor, Só 'jódozott', Tehéntúró, Tejföl '12%'							
Karfiolleves	60,17kcal	2,20g	2,41g	6,91g	2,10g	0,95g	0,28g
Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos rizsszem, Vöröshagyma							
Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Összetétel: Kefír							
Kenőmájas	107,20kcal	4,00g	9,60g	1,16g	0,52g	0,88g	3,92g
Összetétel: Kenőmájas							
Kenyér 'Félbarna'	80,10kcal	2,67g	0,30g	16,68g	0,39g	0,42g	0,03g
Összetétel: Félbarna kenyér 1kg							
Kenyér 'Félbarna'	160,20kcal	5,34g	0,60g	33,36g	0,78g	0,84g	0,06g
Összetétel: Félbarna kenyér 1kg							
Kenyér 'Magvas'	152,40kcal	4,92g	2,16g	28,32g	0,18g	0,78g	0,48g
Összetétel: Magvas kenyér							
Kenyér 'Rozs'	150,00kcal	4,08g	0,48g	31,80g	0,30g	0,90g	0,06g
Összetétel: Rozskenyér 1kg							
Kenyér 'Teljes kiörlésű'	53,76kcal	2,09g	0,24g	10,82g	0,14g	0,34g	0,10g
Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér 1kg							
Kenyér 'Teljes kiörlésű'	67,20kcal	2,61g	0,30g	13,53g	0,18g	0,42g	0,12g
Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér 1kg							
Kenyér 'Teljes kiörlésű'	134,40kcal	5,22g	0,60g	27,06g	0,36g	0,84g	0,24g
Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér 1kg							
Kifli	126,85kcal	3,53g	1,16g	24,77g	1,63g	0,47g	0,60g
Összetétel: Intézményi Kifli							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Kifli 'Szezámmagos'	137,17kcal	3,96g	3,14g	22,83g	1,51g	0,39g	0,86g
Összetétel: Szezámmagvas kifli							
Kigyóuborka	6,00kcal	0,50g	0,05g	0,85g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Kigyó uborka							
Kiwi	36,40kcal	0,70g	0,00g	7,91g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Kiwi							
Kockasajt	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,26g	0,00g	1,24g	4,50g
Összetétel: Kockasajt(natúr)/Sajtmester							
Kolbásszal töltött panírozott sertéskaraj	182,49kcal	14,00g	7,28g	14,00g	2,00g	1,39g	0,03g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Pan. kolbásszal töltött s.karaj/Passner							
Kovászos uborka	5,85kcal	0,26g	0,04g	1,10g	0,00g	1,33g	0,00g
Összetétel: Kovászos uborka							
Krasno sonka	43,20kcal	6,40g	1,76g	0,52g	0,28g	0,80g	0,68g
Összetétel: Krasno sonka							
Kukoricás rizs	250,72kcal	6,58g	6,78g	60,61g	0,92g	1,19g	0,74g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott'							
Lapkasajt	155,50kcal	13,00g	11,50g	0,00g	0,00g	1,00g	7,50g
Összetétel: Lapkasajt/Ammerrland							
Lecsós sertésragu	259,79kcal	13,61g	20,75g	2,76g	0,34g	0,81g	0,31g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Magyaros burgonyaleves	274,49kcal	8,60g	16,74g	20,63g	0,65g	1,53g	4,44g
Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Füstölt kolbász, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Tisztított burgonya, Vöröshagyma							
Magyaros sajtkrém	70,80kcal	2,80g	6,00g	1,40g	0,00g	0,60g	0,00g
Összetétel: Magyaros sajtkrém/St.Mártoni							
Magyaros vajkrém	48,60kcal	0,80g	4,60g	1,00g	0,00g	0,08g	2,92g
Összetétel: Magyaros vajkrém /St.Mártoni							
Májgaluskaleves	187,98kcal	13,09g	6,90g	17,41g	1,78g	1,11g	0,56g
Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. leveszöldség, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller kocka, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Majoranna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés máj, Só 'jódozott', Tojás, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Májkrém	159,00kcal	4,60g	15,30g	0,55g	0,00g	0,74g	5,80g
Összetétel: Sonkás májaskrém 50g							
Májusi csemege	57,20kcal	6,00g	0,40g	0,00g	0,00g	1,00g	0,00g
Összetétel: Májusi csemege							
Mákos cukor	222,00kcal	3,60g	12,00g	23,40g	15,93g	0,00g	1,50g
Összetétel: Darált mák, Porcukor							
Mákos kifli	319,20kcal	7,28g	13,58g	39,90g	7,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Mákos kifli 50g, Mákos kifli 70g							
Mákos metélt	308,63kcal	8,54g	7,42g	51,87g	2,80g	0,37g	0,91g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes metélttészta							
Mandarin	31,50kcal	0,49g	0,00g	6,86g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Mandarin							
Margarin 'Delma'	21,60kcal	0,00g	2,40g	0,24g	0,00g	0,10g	0,72g
Összetétel: Delma light margarin 500g							
Margarin 'Liga'	21,60kcal	0,06g	2,40g	0,06g	0,06g	0,10g	0,72g
Összetétel: Liga margarin 20%							
Margarin mini 'Vitelma'	22,60kcal	0,00g	2,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Minimarg.Riso 10g							
Marha erőleves	61,69kcal	1,69g	2,37g	7,97g	1,03g	0,97g	0,27g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér csík, Fagy. karalábé, Fagy. leveszöldség, Fagy. sárgarépa csík, Fagy. zeller csík, Fokhagyma, Marhacsont, Marhahúsleves alap 'Knorr', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos eperszalag, Vöröshagyma, Zeller zöld							
Marha pörkölt	240,56kcal	18,07g	17,11g	2,07g	0,66g	0,54g	0,32g
Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', Marhaapróhús/ gulyáskocka, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Mediterrán csirkeapró	161,52kcal	15,80g	6,54g	8,94g	5,24g	0,85g	0,32g
Összetétel: Ananász konzerv, Bazsalikom, Csirkecomb felső filé, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Gyömbér, Kristálycukor, Oregánó, Sertés fűszerkeverék 'Hügli', Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Szárnyas fűszerkeverék, Vöröshagyma							
Metélőhagymás vajkrém	78,00kcal	0,52g	7,94g	1,12g	0,00g	0,20g	4,80g
Összetétel: Metélőhagymás vajkrém							
Mexikói rizs	258,37kcal	6,33g	6,91g	62,45g	2,75g	1,24g	0,70g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. mexikói zöldség, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg **Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Méz	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Összetétel: Miniméz 20g							
Molnárka	174,90kcal	3,96g	3,91g	30,03g	4,95g	0,39g	2,04g
Összetétel: Molnárka							
Mustár	10,00kcal	0,41g	0,47g	0,88g	0,00g	0,10g	0,02g
Összetétel: Mustár							
Müzli szelet	78,60kcal	0,94g	1,44g	15,20g	7,00g	0,02g	0,60g
Összetétel: Müzli szelet 20g							
Narancs	49,20kcal	0,72g	0,00g	10,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Narancs							
Natúr sertés szelet	169,39kcal	20,31g	8,14g	2,45g	0,22g	0,62g	0,05g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott'							
Olasz felvágott	99,60kcal	5,20g	8,40g	0,84g	0,20g	0,92g	3,44g
Összetétel: Olasz felvágott							
Paprikás sertés szelet	195,35kcal	20,43g	10,52g	3,54g	0,29g	0,71g	0,31g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés fűszerkeverék 'Hügli', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Paradicsom	11,50kcal	0,50g	0,10g	2,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Paradicsom							
Paradicsomleves betűtésztával	176,97kcal	4,14g	3,82g	31,21g	18,61g	0,97g	0,45g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller kocka, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Tojásos betűtészta, Vöröshagyma, Zeller zöld							
Paradicsommártás	222,50kcal	4,96g	5,20g	38,32g	16,69g	0,65g	0,55g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller kocka, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma							
Paradicsomos halpástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom 30g							
Párolt rizs	243,55kcal	5,20g	6,69g	63,48g	0,22g	0,89g	0,70g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Párolt sertés szelet	175,87kcal	20,38g	8,56g	3,07g	0,16g	0,71g	0,09g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Finomliszt BL55, Őrölt fekete bors, Sertés fűszerkeverék 'Hügli', Sertés karaj, Só 'jódozott'							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Petrezselymes burgonya	242,45kcal	5,64g	4,35g	40,74g	0,17g	0,74g	0,40g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tisztított burgonya							
Petrezselymes tejfölösturó	55,11kcal	5,82g	2,72g	1,45g	0,00g	0,27g	0,00g
Összetétel: Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tehéntúró, Tejföl '12%'							
Pince ragu	235,03kcal	15,03g	16,19g	5,67g	1,31g	0,84g	0,33g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Majoranna, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Sertés máj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Pirított dara	148,00kcal	3,10g	4,01g	24,22g	0,00g	0,99g	0,40g
Összetétel: Búzadara, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'							
Pizza	619,01kcal	24,15g	27,66g	62,57g	7,54g	2,35g	5,04g
Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Ketchup, Kristálycukor, Oregánó, Pizzalap, Sajt 'Trappista' 'reszelt', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma							
Pizzás csiga	349,60kcal	8,80g	17,60g	37,60g	3,44g	1,52g	9,60g
Összetétel: Pizzás csiga 80g							
Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Poharas tej 0,2L							
Porcukor	80,00kcal	0,00g	0,00g	20,00g	20,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Porcukor							
Pulyka pörkölt	219,94kcal	20,86g	12,55g	4,50g	0,59g	0,81g	0,42g
Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rakott kelkáposzta	422,03kcal	19,34g	23,23g	36,24g	1,10g	1,04g	1,05g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Szerecsendió, Tej '2,8%', Tejföl '12%', Tojás főzött darabolt, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma							
Rántott halfilé	257,27kcal	15,31g	8,42g	29,53g	0,62g	1,97g	1,04g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Halfilé (Pangasius), Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tojáspor(teljes)							
Rántott sajt 'Mirelit'	210,24kcal	9,75g	10,78g	19,50g	0,75g	0,83g	0,03g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Fagy. pan.sajt kg							
Rántott szelet	367,55kcal	25,00g	17,01g	27,11g	0,64g	1,22g	1,20g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tojás, Tojáspor(teljes)							
Rizibizi	244,63kcal	6,87g	5,90g	60,47g	2,26g	0,90g	0,63g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Rizseshús	567,49kcal	22,83g	33,36g	64,65g	0,50g	1,84g	1,01g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Lecsó (natúr 30%), Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rizsleves	63,16kcal	1,60g	2,22g	11,42g	1,76g	0,94g	0,24g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Roston sült hal	124,08kcal	10,49g	7,44g	3,60g	0,02g	1,41g	0,76g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Finomliszt BL55, Halfilé (Pangasius), Só 'jódozott'							
Rúdvagdalt	225,75kcal	12,32g	15,72g	6,91g	0,70g	0,79g	0,26g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Félegyházi morzsa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojás, Tojáspor(teljes), Vöröshagyma							
Sajt	124,80kcal	10,00g	8,80g	1,20g	0,00g	0,80g	6,00g
Összetétel: Sajt 'Trappista' 'reszelt'							
Sajtkrém	111,00kcal	3,90g	8,52g	4,80g	0,00g	1,05g	5,52g
Összetétel: Sajtkrém natúr							
Sárgaborsófőzelék	280,95kcal	15,30g	4,77g	42,55g	0,37g	0,62g	0,41g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Sárgaborsógulyás	320,40kcal	17,62g	16,44g	23,23g	1,25g	0,93g	0,33g
Összetétel: Csemege paprika, Csontleves alap sószegény 'Knorr', Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Magyaros levesalap 'Knorr', Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tojásos kiskagylótészta, Vöröshagyma							
Sárgaborsóleves	149,83kcal	7,88g	2,72g	22,40g	1,22g	0,93g	0,27g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller kocka, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Magyaros levesalap 'Knorr', Őrölt fekete bors, Sárgaborsó, Só 'jódozott', Tojásos kiskagylótészta, Vöröshagyma							
Sárgarépafőzelék	228,94kcal	6,05g	4,56g	38,24g	18,60g	0,95g	1,32g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Sertéspörkölt	323,16kcal	17,32g	25,60g	3,64g	1,04g	0,82g	0,33g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Sűrített paradicsom 'Tartósítószermentes', Vöröshagyma							
Sóskamártás	276,71kcal	6,52g	5,96g	45,88g	20,86g	1,99g	0,31g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sóska, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Spenót	169,94kcal	7,05g	5,98g	21,94g	6,76g	0,75g	1,42g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Steak burgonya	245,31kcal	5,68g	4,35g	41,59g	0,55g	0,50g	0,41g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Sült virsli	197,92kcal	1,04g	16,84g	1,04g	0,35g	1,31g	1,90g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Húsmester virsli							
Sültcsirkecomb	203,57kcal	22,57g	8,42g	1,07g	0,20g	0,84g	0,13g
Összetétel: Csemege paprika, Csirkecomb felső 'csontos', Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék							
Szárnyasgulyásleves	197,64kcal	14,29g	7,49g	16,16g	1,13g	0,97g	0,28g
Összetétel: Csemege paprika, Csontleves alap szószegény 'Knorr', Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásos csipetke, Tojásos kiskocka, Vöröshagyma							
Szárnyasraguleves	162,60kcal	14,58g	6,16g	11,20g	3,27g	0,94g	0,29g
Összetétel: Csirkemáj, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kakukkfű, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Tárkony, Tojásos eperkocka, Tyúkhúsleves alap szószegény 'Knorr', Vöröshagyma							
Székelykáposzta	379,39kcal	17,92g	23,18g	26,76g	0,13g	6,06g	0,58g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Savanyú káposzta, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Tarhonya	294,11kcal	8,62g	5,60g	52,22g	2,93g	0,71g	0,71g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma							
Tarhonyaleves	113,64kcal	2,56g	4,53g	14,07g	1,06g	1,12g	1,17g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Lecsó (natúr 30%), Magyaros levesalap 'Knorr', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tisztított burgonya, Tojásmentes tarhonya, Vöröshagyma							
Tauris zöldséges felvágott	68,80kcal	3,82g	5,55g	0,86g	0,09g	0,88g	2,08g
Összetétel: Zöldséges felvágott allergénmentes							
Tea 'Citromos'	36,54kcal	0,00g	0,00g	9,05g	9,04g	0,00g	0,00g
Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű							
Tej	110,00kcal	7,75g	3,75g	11,50g	11,50g	0,25g	2,25g
Összetétel: Tej '2,8%', Tej UHT '1,5%'							
Tejeskávé	186,40kcal	7,40g	6,53g	23,88g	20,58g	0,25g	3,93g
Összetétel: Kristálycukor, Pótkávé, Tej '2,8%'							
Tejfölös-túró	109,84kcal	11,61g	5,44g	2,88g	0,00g	0,18g	0,00g
Összetétel: Só 'jódozott', Tehéntúró, Tejföl '12%'							
Tészta 'Copfocska'	300,34kcal	8,54g	6,50g	51,87g	2,80g	0,37g	0,81g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott, főzővíz', Tojásmentes copfocska							
Tiszai aprópecsenye	282,65kcal	13,90g	22,95g	3,13g	0,50g	0,99g	1,23g
Összetétel: Csemege paprika, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Lecsó (natúr 30%), Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Tökfőzelék	153,69kcal	3,64g	4,95g	22,33g	10,97g	0,71g	0,46g
Összetétel: Ételecet 10%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. tök, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tej '2,8%', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Törtburgonya	300,54kcal	5,82g	9,89g	42,51g	0,13g	0,77g	1,00g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tisztított burgonya							
Törtburgonya	126,49kcal	3,07g	2,18g	21,08g	0,65g	0,37g	0,21g
Összetétel: Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tisztított burgonya							
Túrós bukta	224,00kcal	9,10g	5,25g	34,30g	11,90g	0,34g	0,07g
Összetétel: Túrós bukta 50g, Túrós bukta 70g							
Vadas aprópecsenye	290,01kcal	14,26g	21,81g	7,21g	2,60g	0,77g	0,32g
Összetétel: Babérlevél, Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller kocka, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Mustár, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Vágott tojásleves	123,47kcal	6,05g	6,77g	5,73g	0,50g	1,06g	1,65g
Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Ételecet 10%, Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Finomliszt BL55, Fokhagyma, Köménymag, Magyaros levesalap 'Knorr', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojás, Tojás főzött,tiszt.(Capriovus), Tojáslé, Vöröshagyma							
Vajkrém	48,20kcal	0,86g	4,40g	1,30g	0,05g	0,08g	0,00g
Összetétel: Vajkrém(natúr) /St.Márto							
Vaníliás tej	183,96kcal	7,50g	7,00g	22,49g	22,49g	0,25g	4,25g
Összetétel: Kristálycukor, Tej '2,8%', Vaníliás cukor							
Vegyes vágott	40,80kcal	1,22g	0,23g	6,75g	1,60g	1,82g	0,03g
Összetétel: Vegyes vágott							
Zabpehely	154,40kcal	5,76g	2,72g	25,72g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Zabpehely							
Zala felvágott	82,40kcal	4,80g	6,80g	0,48g	0,00g	0,92g	2,80g
Összetétel: Zala felvágott							
Zöldbabfőzelék	160,11kcal	6,17g	4,41g	21,89g	8,17g	0,73g	0,39g
Összetétel: Ételecet 10%, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fagy. zöldbab, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma							
Zöldborsófőzelék	296,11kcal	13,96g	5,39g	45,47g	23,68g	0,61g	1,74g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tej '2,8%'							
Zöldborsóleves	80,09kcal	3,67g	2,41g	10,15g	3,32g	0,93g	0,29g
Összetétel: Csontleves alap sószegény 'Knorr', Ételízesítő só mentes / Pamol, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller kocka, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tojásos csipetke, Tojásos eperkocka, Tyúkhúsleves alap sószegény 'Knorr', Vöröshagyma							

Étlap melléklet

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

Étlap: Klúg

Időszak: 2021.02.01.-tól 2021.02.28.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telitett zsír
Zöldpaprika	10,00kcal	0,60g	0,15g	1,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Zöldpaprika							
Zöldtea-citrusos	39,90kcal	0,08g	0,00g	9,47g	9,04g	0,00g	0,00g
Összetétel: Citromlé 40%, Gyümölcstea filteres 'Gastfood', Kristálycukor							
Zsemle	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g
Összetétel: Vizes zsemle							
Zsemle 'Korpás'	137,80kcal	4,45g	0,64g	27,61g	0,16g	0,64g	0,32g
Összetétel: Búzakorpás zsemle							
Zsemle 'Négy magvas'	140,98kcal	4,29g	1,22g	27,30g	0,16g	0,58g	0,37g
Összetétel: Négymagvas zsemle							