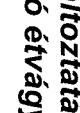


HÉTFO	2024.04.01.	KEDD	2024.04.02.	SZERDA	2024.04.03.	CSÜTÖRTÖK	2024.04.04.	PÉNTEK	2024.04.05.
Tízórai	Tea csipkebovó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Tízórai	Tea csipkebovó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Tízórai	Tea csipkebovó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Tízórai	Tea csipkebovó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Tízórai	Tea csipkebovó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;
Ebéd A	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;
Uzsonna	Kefir (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	Kefir (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	Kefir (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	Kefir (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	Kefir (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	Kefir (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	Kefir (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	Kefir (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	Kefir (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;
	Taj (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Taj (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Taj (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Taj (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Taj (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Taj (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Taj (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Taj (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Taj (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;
	Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';	Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';	Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';	Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';	Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';	Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';	Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';	Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';	Karalábé leves 'lisztmentes'; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';
	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';
	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';



**SULLI-HOST**

**SULLI-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**

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

E-mail: [mail@sulli-host.hu](mailto:mail@sulli-host.hu)

0300A1 Gluténmentes

Étlap név:

Szűri-Host

Étkezési Rendszer 3.0

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;  
 ZTS=Telített zsírf.

(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;  
 9=Héj; 10=Rakktatók; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13-Kán-dioxid; 14=Ciliagfűt; 15=Édesítőszerek; 16=Puhítósók

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI ([www.oiv.szegedvaros.hu](http://www.oiv.szegedvaros.hu)), NGSZ ([www.ngsz.hu](http://www.ngsz.hu)) valamint a SULLI-HOST Kft. ([www.sulli-host.hu](http://www.sulli-host.hu)) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikussádjai kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
	Tej (2)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Meggyleves 'liszt-, tejmentes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	
<b>HÉTFŐ</b> 2024.04.08.	Óvoda: EN=616,74kcal FH=52,19g ZS=22,34g SZH=52,37g CK=9,39g SO=4,41g TZS=5,40g	Iskola: EN=678,94kcal FH=55,74g ZS=26,49g SZH=55,07g CK=11,78g SO=4,86g TZS=7,05g	Kiskola: EN=1178,08kcal FH=102,28g ZS=41,38g SZH=100,34g CK=14,18g SO=8,91g TZS=9,80g	Óvoda: EN=344,61kcal FH=15,43g ZS=10,00g SZH=61,24g CK=16,75g SO=1,38g TZS=0,62g	Iskola: EN=444,94kcal FH=18,73g ZS=12,78g SZH=79,23g CK=25,66g SO=1,84g TZS=0,82g	Kiskola: EN=524,67kcal FH=21,85g ZS=15,54g SZH=94,90g CK=32,28g SO=2,16g TZS=1,03g
	Tej (2)*; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;	
<b>KEDD</b> 2024.04.09.	Óvoda: EN=270,54kcal FH=56,79g ZS=31,54g SZH=52,99g CK=9,30g SO=5,33g TZS=9,18g	Iskola: EN=742,54kcal FH=83,34g ZS=32,29g SZH=55,29g CK=11,60g SO=5,39g TZS=9,63g	Kiskola: EN=1221,58kcal FH=103,88g ZS=45,48g SZH=100,36g CK=13,94g SO=9,23g TZS=11,78g	Óvoda: EN=541,15kcal FH=21,86g ZS=20,68g SZH=64,79g CK=22,06g SO=0,37g TZS=1,22g	Iskola: EN=709,61kcal FH=28,15g ZS=27,20g SZH=86,29g CK=3,53g SO=0,76g TZS=1,64g	Kiskola: EN=852,95kcal FH=31,89g ZS=32,86g SZH=104,21g CK=4,28g SO=0,87g TZS=2,05g
	Tej (2)*; Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zöldségleves 'lisztmentes'; Sült csirkerecomb; Zöldborsófőzelék 'liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';		Bebo margarin 10g; Zöldpaprika; KÖLES BUCI	
<b>SZERDA</b> 2024.04.10.	Óvoda: EN=647,34kcal FH=52,90g ZS=25,89g SZH=52,12g CK=9,27g SO=4,48g TZS=6,98g	Iskola: EN=716,54kcal FH=56,29g ZS=30,78g SZH=54,62g CK=11,89g SO=4,85g TZS=9,28g	Kiskola: EN=1195,58kcal FH=101,80g ZS=53,97g SZH=99,59g CK=13,93g SO=8,70g TZS=11,43g	Óvoda: EN=586,44kcal FH=38,25g ZS=20,30g SZH=64,92g CK=16,94g SO=1,49g TZS=1,75g	Iskola: EN=694,29kcal FH=43,70g ZS=24,31g SZH=65,78g CK=21,83g SO=1,75g TZS=2,07g	Kiskola: EN=924,95kcal FH=61,98g ZS=28,68g SZH=93,77g CK=29,83g SO=2,91g TZS=2,54g
	Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Paradicsom leves 'lisztmentes' (5)*; Brassói aprópecenye; Forgatott burgonya;		Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;	
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2024.04.11.	Óvoda: EN=505,91kcal FH=46,92g ZS=13,81g SZH=48,67g CK=5,13g SO=3,84g TZS=1,70g	Iskola: EN=535,05kcal FH=49,10g ZS=14,80g SZH=51,33g CK=7,20g SO=3,84g TZS=1,70g	Kiskola: EN=1007,85kcal FH=93,84g ZS=27,61g SZH=96,39g CK=9,28g SO=7,67g TZS=3,40g	Óvoda: EN=476,01kcal FH=23,85g ZS=12,98g SZH=61,08g CK=12,82g SO=0,42g TZS=0,64g	Iskola: EN=615,79kcal FH=29,73g ZS=17,60g SZH=78,49g CK=18,41g SO=1,84g TZS=0,94g	Kiskola: EN=725,35kcal FH=33,79g ZS=20,08g SZH=96,13g CK=22,43g SO=1,15g TZS=1,19g
	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Tököfőzelék tejföls 'lisztmentes' (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
<b>PÉNTEK</b> 2024.04.12.	Óvoda: EN=584,54kcal FH=49,15g ZS=21,28g SZH=49,37g CK=5,74g SO=3,96g TZS=5,85g	Iskola: EN=588,64kcal FH=49,39g ZS=21,34g SZH=49,97g CK=5,74g SO=3,96g TZS=5,85g	Kiskola: EN=1047,58kcal FH=93,50g ZS=33,81g SZH=99,04g CK=5,78g SO=7,76g TZS=7,55g	Óvoda: EN=632,09kcal FH=28,40g ZS=32,15g SZH=53,92g CK=9,68g SO=1,50g TZS=2,00g	Iskola: EN=795,68kcal FH=33,59g ZS=41,65g SZH=67,06g CK=12,68g SO=1,90g TZS=2,51g	Kiskola: EN=1001,70kcal FH=49,39g ZS=46,76g SZH=90,48g CK=15,75g SO=3,18g TZS=2,89g
	<b>Étlap változtatás jogát fenntartjuk!</b> <b>Jó étvágyat kívánunk</b>		<b>SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.</b> 6724 Szeged, Kenyérregényi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@sull-host.hu		<b>Étlap név:</b> <b>0300A1 Gluténmentes</b>	
Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO <sub>2</sub>			Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.oivi.segedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)			
(*) 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=Cillagfűrt, 15=Édesfűszer, 16=Puhatestiek			<b>Sull-Host</b> <b>Étkezésti</b> <b>Rendszer 3.0</b>			

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
<b>HÉTFŐ</b> 2024.04.15.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;		Gulyás leves sertéshússal; Kakao csiga gluténmentes; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'gluténmentes';	
Ovoda: EN=582,54kcal FH=50,55g ZS=19,03g SZH=52,87g CK=9,24g SO=4,01g Tzs=4,20g	Iskola: EN=608,54kcal FH=52,34g ZS=19,84g SZH=55,77g CK=11,54g SO=4,06g Tzs=4,65g	Kisiskola: EN=1.089,58kcal FH=98,00g ZS=33,06g SZH=101,14g CK=13,88g SO=7,91g Tzs=6,80g	Ovoda: EN=451,09kcal FH=13,70g ZS=19,94g SZH=50,94g CK=1,04g SO=0,60g Tzs=0,03g	Iskola: EN=521,68kcal FH=18,73g ZS=21,68g SZH=58,87g CK=1,20g SO=0,73g Tzs=0,03g	Kisiskola: EN=790,48kcal FH=24,15g ZS=34,29g SZH=90,45g CK=1,43g SO=1,42g Tzs=1,75g	
<b>KEDD</b> 2024.04.16.	Tej (2)*; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;		Karalábé leves 'lisztmentes'; Húscombóc sült; Paradicsom mártás 'lisztmentes' (5)*; Főtt burgonya;		Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';	
Ovoda: EN=599,30kcal FH=54,74g ZS=19,09g SZH=52,61g CK=9,29g SO=4,10g Tzs=4,10g	Iskola: EN=640,06kcal FH=58,60g ZS=20,67g SZH=55,29g CK=11,59g SO=4,15g Tzs=4,55g	Kisiskola: EN=1.152,90kcal FH=108,44g ZS=35,49g SZH=100,61g CK=13,93g SO=8,00g Tzs=6,70g	Ovoda: EN=507,73kcal FH=17,13g ZS=19,54g SZH=56,57g CK=1,87g SO=0,40g Tzs=0,79g	Iskola: EN=664,03kcal FH=22,44g ZS=27,33g SZH=82,69g CK=2,56g SO=0,88g Tzs=1,11g	Kisiskola: EN=775,14kcal FH=25,52g ZS=32,66g SZH=90,45g CK=2,81g SO=1,20g Tzs=1,42g	
<b>SZERDA</b> 2024.04.17.	Tea citromos; Tejfőlés túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldséges (9)*; Rizibizi;		Joghurt (2)*; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;	
Ovoda: EN=523,02kcal FH=46,05g ZS=16,28g SZH=45,48g CK=5,07g SO=4,31g Tzs=2,59g	Iskola: EN=545,28kcal FH=48,11g ZS=16,63g SZH=45,18g CK=7,09g SO=4,81g Tzs=2,67g	Kisiskola: EN=1.017,42kcal FH=93,13g ZS=29,24g SZH=96,29g CK=9,14g SO=8,85g Tzs=4,45g	Ovoda: EN=379,58kcal FH=16,12g ZS=17,03g SZH=51,20g CK=3,77g SO=1,31g Tzs=1,79g	Iskola: EN=512,08kcal FH=21,28g ZS=22,01g SZH=53,44g CK=5,11g SO=1,79g Tzs=2,31g	Kisiskola: EN=613,22kcal FH=25,92g ZS=26,08g SZH=50,50g CK=6,63g SO=2,36g Tzs=2,75g	
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2024.04.18.	Tea citromos; Tejfőlés túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes';		Almaleves (lisztmentes,tejes) (2)*; Bazsalikomos csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;		Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;	
Ovoda: EN=502,28kcal FH=46,28g ZS=13,79g SZH=46,48g CK=5,09g SO=3,82g Tzs=1,70g	Iskola: EN=536,42kcal FH=48,00g ZS=15,49g SZH=51,21g CK=7,11g SO=3,82g Tzs=1,70g	Kisiskola: EN=1.014,36kcal FH=92,86g ZS=28,78g SZH=96,33g CK=9,15g SO=7,62g Tzs=3,40g	Ovoda: EN=520,64kcal FH=25,42g ZS=17,37g SZH=63,09g CK=2,17g SO=0,12g Tzs=1,18g	Iskola: EN=703,79kcal FH=33,13g ZS=22,60g SZH=88,62g CK=2,95g SO=0,52g Tzs=1,52g	Kisiskola: EN=831,63kcal FH=37,83g ZS=27,03g SZH=105,48g CK=3,68g SO=0,77g Tzs=1,95g	
<b>PÉNTEK</b> 2024.04.19.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';		Zöldbab leves (gluténmentes); Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';	
Ovoda: EN=670,74kcal FH=51,79g ZS=22,84g SZH=51,92g CK=5,04g SO=4,29g Tzs=6,90g	Iskola: EN=702,14kcal FH=54,39g ZS=25,14g SZH=51,97g CK=6,04g SO=4,45g Tzs=8,40g	Kisiskola: EN=1.190,58kcal FH=100,98g ZS=39,88g SZH=104,79g CK=10,08g SO=8,41g Tzs=11,60g	Ovoda: EN=535,82kcal FH=21,73g ZS=19,48g SZH=62,32g CK=2,88g SO=0,35g Tzs=1,98g	Iskola: EN=699,60kcal FH=28,02g ZS=27,26g SZH=77,92g CK=3,30g SO=1,00g Tzs=2,75g	Kisiskola: EN=805,83kcal FH=32,04g ZS=30,99g SZH=90,75g CK=3,78g SO=1,09g Tzs=3,16g	
Ovoda: EN=557,84kcal FH=46,66g ZS=21,59g SZH=44,68g CK=0,10g SO=4,20g Tzs=2,93g	Iskola: EN=557,84kcal FH=46,66g ZS=21,59g SZH=44,68g CK=0,10g SO=4,20g Tzs=2,93g	Kisiskola: EN=1.115,88kcal FH=93,32g ZS=43,19g SZH=89,32g CK=0,20g SO=8,39g Tzs=5,86g	Ovoda: EN=526,54kcal FH=46,20g ZS=18,74g SZH=43,71g CK=0,09g SO=4,25g Tzs=3,44g	Iskola: EN=563,34kcal FH=48,31g ZS=21,54g SZH=44,48g CK=0,13g SO=4,69g Tzs=4,48g	Kisiskola: EN=1.038,78kcal FH=93,36g ZS=35,37g SZH=87,64g CK=0,19g SO=8,71g Tzs=6,70g	

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Keregyégyházi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: [med@null-host.hu](mailto:med@null-host.hu)

**Étlap név:**  
**0300A1 Gluténmentes**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO.  
TZS=Teljes zsír.  
(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 9=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer  
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.null-host.hu) honlapján megtalálható. Szövegi tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. diétafülszaki kértet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host  
Étkeztetési  
Rendszer 3.0

**Tízórai**

**Ebéd A**

**Uzsonna**

Rostos almale; Trappista sajt (2)\*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';

Őszibarackleves tejjel 'lisztmentes' (2)\*; Zöldborsós sertésragu; Petrezselymes rizs;

Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Alma;

**HÉTFŐ**  
2024.04.22.

Ovoda: EN=670,74kcal  
FH=51,79g ZS=22,84g  
SZH=51,92g CK=0,04g  
SO=4,29g TZS=6,90g

Iskola: EN=702,14kcal  
FH=54,39g ZS=25,14g  
SZH=51,97g CK=0,04g  
SO=4,45g TZS=8,40g

Kisiskola: EN=1.190,58kcal  
FH=100,98g ZS=33,88g  
SZH=94,79g CK=0,08g  
SO=8,41g TZS=11,60g

Ovoda: EN=491,74kcal  
FH=19,04g ZS=19,64g  
SZH=6,32g CK=1,41g  
SO=0,34g TZS=1,69g

Iskola: EN=647,79kcal  
FH=25,41g ZS=26,14g  
SZH=9,79g CK=2,68g  
SO=0,54g TZS=2,25g

Kisiskola: EN=783,54kcal  
FH=31,83g ZS=31,39g  
SZH=12,22g CK=3,13g  
SO=0,62g TZS=2,81g

Ovoda: EN=522,64kcal  
FH=44,43g ZS=15,94g  
SZH=50,47g CK=0,04g  
SO=3,81g TZS=2,40g

Iskola: EN=535,04kcal  
FH=44,59g ZS=15,94g  
SZH=53,27g CK=0,04g  
SO=3,81g TZS=2,40g

Kisiskola: EN=992,08kcal  
FH=88,58g ZS=28,38g  
SZH=96,04g CK=0,08g  
SO=7,61g TZS=4,10g

Joghurt (2)\*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;

Zöldspárgyaleves 'lisztmentes'; Sertés sült; Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'gluténmentes';

Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';

**KEDD**  
2024.04.23.

Ovoda: EN=585,14kcal  
FH=49,39g ZS=21,37g  
SZH=49,28g CK=6,04g  
SO=3,98g TZS=6,00g

Iskola: EN=587,54kcal  
FH=49,59g ZS=21,39g  
SZH=49,62g CK=6,04g  
SO=3,98g TZS=6,00g

Kisiskola: EN=1.045,78kcal  
FH=93,68g ZS=33,84g  
SZH=92,58g CK=6,08g  
SO=7,79g TZS=7,70g

Ovoda: EN=554,60kcal  
FH=35,86g ZS=18,76g  
SZH=35,83g CK=2,19g  
SO=1,47g TZS=1,37g

Iskola: EN=655,34kcal  
FH=41,48g ZS=22,88g  
SZH=65,04g CK=2,67g  
SO=1,78g TZS=1,62g

Kisiskola: EN=834,40kcal  
FH=57,36g ZS=26,48g  
SZH=122,58g CK=3,25g  
SO=2,02g TZS=2,02g

Ovoda: EN=548,54kcal  
FH=43,99g ZS=15,94g  
SZH=59,25g CK=16,46g  
SO=3,81g TZS=2,40g

Iskola: EN=548,54kcal  
FH=43,99g ZS=15,94g  
SZH=59,25g CK=16,46g  
SO=3,81g TZS=2,40g

Kisiskola: EN=1.035,58kcal  
FH=87,98g ZS=28,38g  
SZH=102,02g CK=16,50g  
SO=7,61g TZS=4,10g

Tej (2)\*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';

Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvascska tészta gluténmentes; Káposzta saláta;

Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Zöldpaprika; KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES;

**SZERDA**  
2024.04.24.

Ovoda: EN=576,54kcal  
FH=50,18g ZS=18,94g  
SZH=51,97g CK=9,24g  
SO=4,01g TZS=4,20g

Iskola: EN=598,54kcal  
FH=51,74g ZS=19,69g  
SZH=54,27g CK=11,54g  
SO=4,00g TZS=4,65g

Kisiskola: EN=1.077,58kcal  
FH=97,29g ZS=32,98g  
SZH=93,34g CK=13,88g  
SO=7,97g TZS=8,80g

Ovoda: EN=590,52kcal  
FH=23,40g ZS=22,53g  
SZH=71,19g CK=1,15g  
SO=0,33g TZS=1,87g

Iskola: EN=787,34kcal  
FH=29,82g ZS=29,82g  
SZH=97,74g CK=18,98g  
SO=0,70g TZS=2,48g

Kisiskola: EN=954,83kcal  
FH=33,41g ZS=35,28g  
SZH=122,58g CK=24,27g  
SO=1,18g TZS=2,98g

Ovoda: EN=225,90kcal  
FH=4,70g ZS=11,31g  
SZH=24,10g CK=0,12g  
SO=1,12g TZS=2,44g

Iskola: EN=270,10kcal  
FH=6,94g ZS=14,77g  
SZH=25,10g CK=0,12g  
SO=1,62g TZS=3,64g

Kisiskola: EN=440,40kcal  
FH=10,40g ZS=20,82g  
SZH=48,40g CK=0,30g  
SO=2,44g TZS=4,78g

Tea citromos; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';

Csonthéves 'lisztmentes'; Hentes sertésragu 'lisztmentes' (11)\*; Tört burgonya; Narancs;

Zöldfűszeres harcsapástétom (9)\*; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;

**CSÜTÖRTÖK**  
2024.04.25.

Ovoda: EN=523,28kcal  
FH=46,05g ZS=16,28g  
SZH=48,50g CK=5,09g  
SO=4,31g TZS=2,53g

Iskola: EN=545,62kcal  
FH=48,11g ZS=16,63g  
SZH=51,21g CK=7,11g  
SO=4,81g TZS=2,67g

Kisiskola: EN=1.077,66kcal  
FH=93,13g ZS=29,24g  
SZH=96,31g CK=9,15g  
SO=8,88g TZS=4,43g

Ovoda: EN=486,31kcal  
FH=22,03g ZS=15,49g  
SZH=58,48g CK=1,37g  
SO=0,88g TZS=1,23g

Iskola: EN=660,30kcal  
FH=30,71g ZS=22,51g  
SZH=75,59g CK=1,98g  
SO=1,43g TZS=1,95g

Kisiskola: EN=778,48kcal  
FH=36,88g ZS=26,12g  
SZH=88,54g CK=2,50g  
SO=1,91g TZS=2,15g

Ovoda: EN=560,84kcal  
FH=46,90g ZS=15,94g  
SZH=45,05g CK=0,10g  
SO=4,20g TZS=2,99g

Iskola: EN=563,24kcal  
FH=47,10g ZS=21,61g  
SZH=45,39g CK=0,10g  
SO=4,20g TZS=2,99g

Kisiskola: EN=1.121,68kcal  
FH=93,80g ZS=43,18g  
SZH=90,10g CK=0,20g  
SO=8,39g TZS=5,98g

Tej (2)\*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;

Burgonyaleves (tejmentes); Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabfőzelék tejfőzős 'lisztmentes' (2)\*; Kenyér 'gluténmentes';

Mini dzsem (13)\*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';

**PÉNTEK**  
2024.04.26.

Ovoda: EN=582,54kcal  
FH=50,53g ZS=19,03g  
SZH=52,87g CK=9,24g  
SO=4,01g TZS=4,20g

Iskola: EN=608,54kcal  
FH=52,34g ZS=19,84g  
SZH=55,77g CK=11,54g  
SO=4,08g TZS=4,65g

Kisiskola: EN=1.089,58kcal  
FH=98,00g ZS=33,08g  
SZH=101,14g CK=13,88g  
SO=7,97g TZS=8,80g

Ovoda: EN=547,19kcal  
FH=30,84g ZS=20,51g  
SZH=56,42g CK=6,50g  
SO=1,22g TZS=1,98g

Iskola: EN=674,40kcal  
FH=37,65g ZS=24,88g  
SZH=70,31g CK=8,98g  
SO=1,41g TZS=2,31g

Kisiskola: EN=878,32kcal  
FH=56,07g ZS=29,00g  
SZH=92,78g CK=10,37g  
SO=2,58g TZS=2,71g

Ovoda: EN=551,04kcal  
FH=43,99g ZS=15,94g  
SZH=57,77g CK=13,29g  
SO=3,81g TZS=2,40g

Iskola: EN=551,04kcal  
FH=43,99g ZS=15,94g  
SZH=57,77g CK=13,29g  
SO=3,81g TZS=2,40g

Kisiskola: EN=1.070,58kcal  
FH=87,98g ZS=28,38g  
SZH=115,54g CK=26,58g  
SO=7,61g TZS=4,10g

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kenyér-Égyházi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: [mail@sull-host.hu](mailto:mail@sull-host.hu)

**Étlap név:**  
0300A1 Gluténmentes

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

Diétás ételek összetételével az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI ([www.ovi.szegedvaros.hu](http://www.ovi.szegedvaros.hu)), NGSZ ([www.ngsz.hu](http://www.ngsz.hu)) valamint a SULL-HOST Kft. ([www.sull-host.hu](http://www.sull-host.hu)) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

**Sull-Host Ékeztetési Rendszer 3.0**

(\*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Dióhéj, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákéték; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogítószer; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűk

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2024.04.29.	Tea csipkebogyó; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'gluténmentes';  Ovoda: EN=577,72kcal FH=46,60g ZS=21,56g SZH=49,59g CK=5,13g SO=4,20g Tzs=2,93g Iskola: EN=585,96kcal FH=46,60g ZS=21,56g SZH=51,80g CK=7,15g SO=4,20g Tzs=2,93g Kisiskola: EN=1151,32kcal FH=93,20g ZS=43,12g SZH=98,15g CK=9,28g SO=8,39g Tzs=5,86g	Rizsléves; Chilis bab diéta; Kenyér 'gluténmentes';  Ovoda: EN=544,28kcal FH=34,05g ZS=21,81g SZH=52,53g CK=2,59g SO=1,32g Tzs=1,14g Iskola: EN=708,11kcal FH=42,61g ZS=30,35g SZH=65,07g CK=3,44g SO=1,54g Tzs=1,41g Kisiskola: EN=898,44kcal FH=59,39g ZS=33,93g SZH=87,80g CK=4,19g SO=2,65g Tzs=1,77g	Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'gluténmentes'; Zöldpaprika;  Ovoda: EN=487,54kcal FH=46,62g ZS=13,88g SZH=44,32g CK=0,04g SO=3,82g Tzs=1,70g Iskola: EN=517,24kcal FH=48,60g ZS=15,64g SZH=45,62g CK=0,04g SO=3,82g Tzs=1,70g Kisiskola: EN=989,28kcal FH=93,58g ZS=28,96g SZH=89,04g CK=0,08g SO=7,62g Tzs=3,40g
KEDD 2024.04.30.	Tej (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'gluténmentes'; Uborka;  Ovoda: EN=618,02kcal FH=54,78g ZS=21,15g SZH=52,61g CK=9,25g SO=4,10g Tzs=4,30g Iskola: EN=676,40kcal FH=58,65g ZS=24,68g SZH=55,29g CK=11,59g SO=4,15g Tzs=4,95g Kisiskola: EN=1182,45kcal FH=105,99g ZS=39,93g SZH=100,57g CK=13,94g SO=8,02g Tzs=7,32g	Csontleves 'lisztmentes'; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek ingyen (5)*; Párolt rizs;  Ovoda: EN=461,54kcal FH=24,55g ZS=20,32g SZH=50,06g CK=1,35g SO=0,18g Tzs=1,27g Iskola: EN=595,28kcal FH=31,05g ZS=25,15g SZH=65,57g CK=1,90g SO=0,47g Tzs=1,59g Kisiskola: EN=771,04kcal FH=35,44g ZS=30,33g SZH=81,92g CK=2,35g SO=0,62g Tzs=1,99g	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'gluténmentes';  Ovoda: EN=551,04kcal FH=43,99g ZS=15,94g SZH=57,77g CK=13,29g SO=3,81g Tzs=2,40g Iskola: EN=551,04kcal FH=43,99g ZS=15,94g SZH=57,77g CK=13,29g SO=3,81g Tzs=2,40g Kisiskola: EN=1070,58kcal FH=87,98g ZS=28,38g SZH=115,54g CK=26,58g SO=7,61g Tzs=4,10g
SZERDA 2024.05.01.	Ovoda: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Iskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Kisiskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g	Ovoda: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Iskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Kisiskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g	Ovoda: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Iskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Kisiskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2024.05.02.	Ovoda: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Iskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Kisiskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g	Ovoda: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Iskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Kisiskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g	Ovoda: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Iskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Kisiskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g
PÉNTEK 2024.05.03.	Ovoda: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Iskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Kisiskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g	Ovoda: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Iskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Kisiskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g	Ovoda: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Iskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g Kisiskola: EN=0,00kcal FH=0,00g ZS=0,00g SZH=0,00g CK=0,00g Tzs=0,00g



**SULLI-HOST**  
6724 Szeged, Kenyér-Értéktár út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: [mail@suli-host.hu](mailto:mail@suli-host.hu)

**SULLI-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.**  
Étlap név:  
0300A1 Gluténmentes

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!  
Jó étvágyat kívánunk

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;  
Tzs=Teljes zsír

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

Dietetikusok: Szegedi OVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikussától 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: 2024.04.01.-től 2024.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	21,70kcal	0,28g	0,00g	4,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves (lisztmentes,tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,57kcal	1,72g	0,61g	26,10g	21,28g	0,06g	0,27g
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
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
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó 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
Bolognai halas-tészta Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	344,12kcal	12,17g	6,87g	57,36g	9,53g	0,83g	0,43g
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
Brassói aprópecsenye csirkehús Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,32kcal	16,85g	6,01g	1,29g	0,34g	0,06g	0,20g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,25kcal	13,20g	8,24g	3,72g	0,51g	0,25g	0,82g
Burgonyafőzelék 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioacet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	187,54kcal	4,54g	2,39g	33,46g	0,13g	0,15g	0,20g
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
Chilis bab diéta Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	338,45kcal	20,04g	14,36g	30,08g	1,16g	0,16g	0,23g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	131,52kcal	11,07g	7,27g	4,61g	0,21g	0,01g	0,50g
Csirke pizza szelet Hyza Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza	18,00kcal	2,40g	0,58g	0,86g	0,00g	0,30g	0,16g

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2024.04.01.-től 2024.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Csirkepörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	186,09kcal	17,14g	11,63g	2,30g	0,68g	0,06g	0,82g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsa tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,04g	0,22g
Csontleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsa tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,58kcal	1,03g	2,12g	8,94g	0,97g	0,05g	0,22g
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,16kcal	5,00g	4,28g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Gulyás leves sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,59kcal	10,38g	9,14g	15,04g	1,04g	0,06g	0,63g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,09g	0,80g
Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,09g	0,60g
Hentes sertésragu 'lisztmentes' Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,96kcal	15,31g	7,25g	3,19g	0,32g	0,50g	0,41g
Húsgombóc sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,76kcal	9,74g	13,84g	12,28g	0,13g	0,03g	0,20g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Kakaós csiga gluténmentes Összetétel: Fagy. Kakaós csiga gluténmentes 60g	227,40kcal	2,88g	10,80g	28,20g	0,00g	0,54g	8,40g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,03g	0,01g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	250,76kcal	20,76g	8,74g	27,00g	0,21g	0,30g	0,21g
Karalábé leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	76,36kcal	1,57g	3,08g	10,19g	3,54g	0,24g	0,33g

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2024.04.01.-től 2024.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g
Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	113,02kcal	3,07g	2,23g	19,59g	0,17g	0,01g	0,21g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Szárított élesztő	157,14kcal	12,57g	6,31g	12,64g	0,03g	1,10g	0,79g
Kenyér 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Gluténmentes házi kenyérliszt, Só 'jódozott', Szárított élesztő	457,04kcal	43,99g	12,44g	42,77g	0,04g	3,81g	1,70g
Kertész leves (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,31kcal	1,26g	2,97g	7,37g	1,41g	0,06g	0,31g
KÖLES BUCI GLUTÉNMENTES Összetétel: Fagy. köles buci gluténmentes 60g	148,20kcal	2,34g	4,32g	22,80g	0,00g	0,72g	0,54g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pritamin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,07kcal	6,89g	9,83g	36,06g	0,23g	0,03g	0,60g
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
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,52kcal	16,84g	8,33g	0,65g	0,13g	0,15g	0,20g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsiros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
Lebbencs leves 'lisztmentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	106,07kcal	2,16g	2,99g	16,55g	0,89g	0,09g	0,53g
Meggye leves '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
Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Mustár, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	220,77kcal	17,14g	13,68g	6,99g	5,22g	0,23g	1,00g
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
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,66g	0,00g	9,35g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr sertésszelet 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,33kcal	16,83g	12,00g	0,60g	0,13g	0,30g	0,60g



## Étlap melléklet

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

**Étlap: 0300A1 Gluténmentes**

**Időszak: 2024.04.01.-től 2024.04.30.-ig**

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Őszibarackleves tejjel 'lisztmentes' Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Főzőtejszín, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	105,65kcal	1,21g	0,68g	23,99g	19,90g	0,04g	0,17g
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
Paradicsom leves 'lisztmentes' Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes süritett paradicsom, Vöröshagyma	103,93kcal	1,93g	0,37g	23,06g	12,48g	0,06g	0,03g
Paradicsom mártás 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes süritett paradicsom, Vöröshagyma	137,61kcal	3,31g	2,32g	25,70g	15,04g	0,10g	0,26g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
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 inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,66kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,06g	0,00g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,15g	0,80g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	240,52kcal	3,93g	11,23g	48,13g	0,34g	0,15g	1,20g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,15g	0,21g
Rakott zöldbab tejfölös Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	346,17kcal	15,67g	20,52g	28,92g	4,21g	0,05g	0,70g
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

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2024.04.01.-től 2024.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rostonhal zöldfűszeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	0,90g	1,00g
Rostos almalé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sajtos-tejfölös tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt	347,66kcal	9,58g	13,03g	47,13g	0,00g	0,44g	4,15g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,65kcal	17,05g	10,23g	1,63g	0,51g	0,30g	0,41g
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
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,30g	0,41g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,07kcal	2,80g	4,16g	53,90g	0,00g	0,15g	0,30g
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 virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,86g	3,17g	15,21g	0,93g	0,18g	0,32g
Taurus Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Taurus zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tavaszi leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	96,82kcal	2,56g	4,93g	10,01g	2,46g	0,09g	0,53g
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
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	234,50kcal	9,39g	3,15g	56,65g	17,20g	0,20g	1,80g

## Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2024.04.01.-től 2024.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Tökfőzelék tejfölös 'lisztmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	153,20kcal	2,79g	5,93g	21,24g	8,38g	0,08g	0,64g
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
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kígyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	211,76kcal	17,80g	13,56g	3,52g	0,65g	0,17g	0,61g
Vagdalt pogácsa burgonyás 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	0,15g	0,26g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,13kcal	1,87g	1,43g	10,36g	1,68g	0,10g	0,16g
Zöldbab leves (gluténmentes) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	101,82kcal	3,07g	3,28g	14,07g	2,37g	0,19g	0,36g
Zöldbabfőzelék (tej-, lisztmentes) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	142,65kcal	4,45g	4,23g	20,37g	5,28g	0,02g	0,47g
Zöldbabfőzelék tejfölös 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	148,24kcal	4,58g	4,71g	20,53g	5,28g	0,07g	0,47g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,05g	0,15g
Zöldborsófőzelék 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'	206,82kcal	7,76g	4,29g	32,68g	14,00g	0,17g	0,48g
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

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0300A1 Gluténmentes

Időszak: 2024.04.01.-től 2024.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zöldséges rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Trappista sajt, Vöröshagyma	352,10kcal	19,29g	11,04g	39,28g	0,17g	0,11g	1,15g
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
Zöldséges rizses 'pulyka' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	181,96kcal	7,70g	7,54g	28,73g	2,01g	0,47g	0,62g
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