

HÉTFO	2024.04.29.	KEDD	2024.04.30.	SZERDA	2024.05.01.	CSÜTÖRTÖK	2024.05.02.	PÉNTEK	2024.05.03.				
Tízórai	Tea csipkebojói; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Rizsleves; Chilis bab diéta; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Ebéd A	Tejfőlös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Uzsonna								
	<p>Ovoda: EN=221,08kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=27,61g CK=5,17g SO=0,95g Tzs=1,39g</p> <p>Iskola: EN=254,42kcal FH=6,31g ZS=5,52g SZH=34,83g CK=2,21g SO=1,09g Tzs=1,43g</p> <p>Kisiskola: EN=412,94kcal FH=10,40g ZS=16,80g SZH=49,01g CK=9,32g SO=1,76g Tzs=2,74g</p>	<p>Ovoda: EN=487,52kcal FH=24,44g ZS=15,82g SZH=60,69g CK=3,51g SO=0,78g Tzs=0,52g</p> <p>Iskola: EN=676,47kcal FH=33,74g ZS=24,43g SZH=78,43g CK=3,51g SO=1,14g Tzs=0,83g</p> <p>Kisiskola: EN=817,89kcal FH=38,41g ZS=28,31g SZH=88,93g CK=4,26g SO=1,45g Tzs=1,18g</p>	<p>Ovoda: EN=560,74kcal FH=28,41g ZS=13,97g SZH=70,92g CK=17,01g SO=0,92g Tzs=1,51g</p> <p>Iskola: EN=717,31kcal FH=35,50g ZS=18,62g SZH=90,27g CK=20,83g SO=1,28g Tzs=2,12g</p> <p>Kisiskola: EN=895,20kcal FH=42,82g ZS=23,28g SZH=114,38g CK=24,63g SO=1,65g Tzs=2,76g</p>	<p>Ovoda: EN=356,70kcal FH=12,15g ZS=10,80g SZH=38,68g CK=0,15g SO=1,18g Tzs=5,40g</p> <p>Iskola: EN=388,10kcal FH=14,76g ZS=13,10g SZH=36,70g CK=0,15g SO=1,34g Tzs=6,90g</p> <p>Kisiskola: EN=501,69kcal FH=18,87g ZS=15,63g SZH=58,58g CK=1,48g SO=2,35g Tzs=0,56g</p>	<p>Ovoda: EN=560,74kcal FH=28,41g ZS=13,97g SZH=70,92g CK=17,01g SO=0,92g Tzs=1,51g</p> <p>Iskola: EN=717,31kcal FH=35,50g ZS=18,62g SZH=90,27g CK=20,83g SO=1,28g Tzs=2,12g</p> <p>Kisiskola: EN=895,20kcal FH=42,82g ZS=23,28g SZH=114,38g CK=24,63g SO=1,65g Tzs=2,76g</p>	<p>Ovoda: EN=336,10kcal FH=12,35g ZS=7,65g SZH=44,20g CK=9,30g SO=0,85g Tzs=2,70g</p> <p>Iskola: EN=370,50kcal FH=12,35g ZS=7,65g SZH=49,30g CK=11,60g SO=0,90g Tzs=3,15g</p> <p>Kisiskola: EN=392,50kcal FH=13,90g ZS=8,40g SZH=51,60g CK=13,30g SO=0,95g Tzs=3,60g</p>	<p>Ovoda: EN=64,04kcal FH=2,27g ZS=2,27g SZH=7,58g CK=1,96g SO=0,48g Tzs=2,73g</p> <p>Iskola: EN=818,14kcal FH=29,59g ZS=31,61g SZH=100,02g CK=15,48g SO=0,66g Tzs=3,70g</p> <p>Kisiskola: EN=967,25kcal FH=34,49g ZS=35,05g SZH=122,60g CK=19,64g SO=0,75g Tzs=3,78g</p>	<p>Ovoda: EN=191,22kcal FH=5,56g ZS=6,82g SZH=26,16g CK=6,17g SO=0,08g Tzs=1,94g</p> <p>Iskola: EN=263,28kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=33,69g CK=7,25g SO=1,13g Tzs=3,00g</p> <p>Kisiskola: EN=340,78kcal FH=11,69g ZS=11,56g SZH=46,24g CK=9,31g SO=1,80g Tzs=3,66g</p>	<p>Ovoda: EN=124,96kcal FH=5,29g ZS=1,67g SZH=21,45g CK=0,08g SO=0,57g Tzs=0,16g</p> <p>Iskola: EN=175,89kcal FH=7,72g ZS=3,45g SZH=27,35g CK=0,10g SO=0,71g Tzs=0,20g</p> <p>Kisiskola: EN=239,02kcal FH=10,07g ZS=4,46g SZH=33,34g CK=0,14g SO=1,09g Tzs=0,38g</p>	<p>Ovoda: EN=304,50kcal FH=11,51g ZS=9,19g SZH=41,00g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g</p> <p>Iskola: EN=308,50kcal FH=11,75g ZS=9,65g SZH=41,60g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g</p> <p>Kisiskola: EN=310,50kcal FH=11,87g ZS=9,68g SZH=41,90g CK=0,15g SO=0,70g Tzs=0,90g</p>	<p>Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p> <p>Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;</p> <p>Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal kukoricadarával (9)*; Burgonyapüré natur; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p> <p>Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni; Sajtszórat (2)*; Alma;</p> <p>Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;</p>	<p>Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;</p> <p>Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék tejles (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p> <p>Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Tej (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;</p> <p>Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek nyenc (5)*; Párolt rizs;</p> <p>Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;</p>

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
 01000A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO= só;
 Tzs=Telített zsír;
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
 9=Héj; 10=Ráktérlek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Édesfűszeg; 16=Puhatestűk
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.sulli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<p>HÉTFŐ 2024.05.06.</p> <p>Tej (2)*; Mini méz; Bebo margarin 10g; Molnátká (allergénmentes) (1)*;</p>	<p>Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Darásmetelt; Alma;</p>	<p>Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	
<p>KEDD 2024.05.07.</p> <p>Rostos ivólé 100% narancs; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Zöldborsófőzelék (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;</p>	
<p>SZERDA 2024.05.08.</p> <p>Tej (2)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Paradicsom leves (5)*; Rakott brokkoli kölessel sajtos (2)*; Alma;</p>	<p>Tejfőlés túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;</p>	
<p>CSÜTÖRTÖK 2024.05.09.</p> <p>Alma rostoslé 'dobozos'; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Burgonyaleves tejfőlés (2)*; Sült csirkemcomb; Almamartás (2)*; Pirított kukoricadara;</p>	<p>Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;</p>	
<p>PÉNTEK 2024.05.10.</p> <p>Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;</p>	<p>Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta;</p>	<p>Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Dietetás ételtek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Étlap név: **0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO:
TZS=Telített zsírf.
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Dióhéj, mandula, pisztácia; 8=Földmogyoró; 9=Hal; 10=Kávékák; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogóanyag; 15=Édesítőszer; 16=Punatésíték
Sull-Host Étkészítési Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2024.05.13.	Ebéd A	Uzsonna
Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Tárkonyos csirkereguleves 'tejmentes'; Diós metélt (6)*; Alma;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
Rostos almale; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zöldsegleves 'tej-, cukormentes'; Tarhonyás csirke (combfilé); Uborkasaláta;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
Tej (2)*; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Szilvaleves 'tejmentes'; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Alma;	Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Brokkoli krémleves 'tej-, lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Burgonyapüré natur;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;
PÉNTEK 2024.05.17.	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	Sull-Host Étlap név: 01000A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
 Jó étvágyat kívánunk



SULL-HOST
 6724 Szeged, Kenyér-Égyházi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
 E-mail: mail@sull-host.hu

Dietetás ételtek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
 Étkeztetési
 Rendszer 3.0

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehéj; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;
 TZS=Tejfitt zsír;
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földmogyoró;
 9=Hal; 10=Ráktűlék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogítószer; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer

Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<p>Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)**</p> <p>Ovoda: EN=293,60kcal FH=10,67g ZS=14,84g SZH=28,57g CK=6,14g SO=1,10g TZS=4,99g</p> <p>Iskola: EN=318,70kcal FH=11,41g ZS=14,92g SZH=33,77g CK=6,16g SO=1,24g TZS=5,03g</p> <p>Kisiskola: EN=469,10kcal FH=15,50g ZS=24,20g SZH=45,99g CK=6,26g SO=1,91g TZS=6,34g</p>	<p>Babgulyás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'lejes' (2)*; Alma;</p> <p>Ovoda: EN=562,35kcal FH=29,70g ZS=11,11g SZH=55,18g CK=32,56g SO=0,48g TZS=2,92g</p> <p>Iskola: EN=705,73kcal FH=35,66g ZS=13,76g SZH=121,42g CK=43,28g SO=0,69g TZS=3,48g</p> <p>Kisiskola: EN=894,14kcal FH=45,75g ZS=16,53g SZH=153,69g CK=56,28g SO=0,74g TZS=4,93g</p>	<p>Mini méz; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;</p> <p>Ovoda: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=3,90g SZH=43,78g CK=16,52g SO=0,65g TZS=0,90g</p> <p>Iskola: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=3,90g SZH=43,78g CK=16,52g SO=0,65g TZS=0,90g</p> <p>Kisiskola: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=3,90g SZH=43,78g CK=16,52g SO=0,65g TZS=0,90g</p>
<p>Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér Adalékmentes' (1)*;</p> <p>Ovoda: EN=314,10kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=29,98g CK=4,08g SO=1,34g TZS=3,69g</p> <p>Iskola: EN=370,60kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=35,20g CK=4,10g SO=1,34g TZS=3,69g</p> <p>Kisiskola: EN=452,20kcal FH=18,18g ZS=15,56g SZH=45,69g CK=4,14g SO=1,79g TZS=4,89g</p>	<p>Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás 'tejmentes'; Főtt burgonya;</p> <p>Ovoda: EN=513,55kcal FH=24,40g ZS=14,80g SZH=68,72g CK=26,37g SO=0,29g TZS=0,63g</p> <p>Iskola: EN=635,59kcal FH=30,55g ZS=18,49g SZH=81,84g CK=31,99g SO=0,59g TZS=1,04g</p> <p>Kisiskola: EN=746,28kcal FH=34,37g ZS=23,16g SZH=94,42g CK=36,53g SO=0,68g TZS=1,44g</p>	<p>Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Banán;</p> <p>Ovoda: EN=280,00kcal FH=5,78g ZS=3,90g SZH=56,12g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g</p> <p>Iskola: EN=332,00kcal FH=6,30g ZS=3,90g SZH=65,80g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g</p> <p>Kisiskola: EN=332,00kcal FH=6,30g ZS=3,90g SZH=65,80g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g</p>
<p>Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Molnárfka (allergénmentes) (1)*;</p> <p>Ovoda: EN=210,98kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=35,48g CK=9,48g SO=0,33g TZS=1,05g</p> <p>Iskola: EN=219,22kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=37,51g CK=11,50g SO=0,33g TZS=1,05g</p> <p>Kisiskola: EN=227,34kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=39,53g CK=13,51g SO=0,33g TZS=1,05g</p>	<p>Tarhonyaleves 'tej, cukormentes'; Vadas pulykaapró (2, 5, 11)*; Szarvacska tészta gluténmentes; Narancs;</p> <p>Ovoda: EN=621,10kcal FH=23,02g ZS=23,45g SZH=75,64g CK=1,47g SO=0,56g TZS=1,44g</p> <p>Iskola: EN=816,55kcal FH=29,14g ZS=31,09g SZH=99,98g CK=1,77g SO=0,95g TZS=1,94g</p> <p>Kisiskola: EN=969,75kcal FH=32,90g ZS=36,87g SZH=120,92g CK=2,11g SO=1,14g TZS=2,35g</p>	<p>Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;</p> <p>Ovoda: EN=183,20kcal FH=6,65g ZS=6,92g SZH=22,78g CK=0,08g SO=0,98g TZS=1,81g</p> <p>Iskola: EN=210,70kcal FH=7,59g ZS=7,02g SZH=28,32g CK=0,10g SO=1,08g TZS=1,85g</p> <p>Kisiskola: EN=341,30kcal FH=12,58g ZS=13,76g SZH=40,38g CK=0,14g SO=1,76g TZS=3,58g</p>
<p>Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p> <p>Ovoda: EN=149,27kcal FH=3,89g ZS=1,69g SZH=26,70g CK=5,17g SO=0,58g TZS=0,16g</p> <p>Iskola: EN=203,51kcal FH=6,81g ZS=2,76g SZH=34,58g CK=7,26g SO=0,73g TZS=0,20g</p> <p>Kisiskola: EN=269,47kcal FH=11,05g ZS=3,30g SZH=47,26g CK=9,34g SO=1,04g TZS=0,28g</p>	<p>Almaleves (lejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;</p> <p>Ovoda: EN=540,90kcal FH=24,25g ZS=17,02g SZH=66,76g CK=23,12g SO=1,14g TZS=1,29g</p> <p>Iskola: EN=671,52kcal FH=30,34g ZS=19,93g SZH=85,30g CK=31,31g SO=1,57g TZS=1,48g</p> <p>Kisiskola: EN=784,98kcal FH=34,60g ZS=22,16g SZH=103,13g CK=38,80g SO=2,01g TZS=1,77g</p>	<p>Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p> <p>Ovoda: EN=145,90kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=21,47g CK=0,08g SO=1,06g TZS=0,99g</p> <p>Iskola: EN=185,00kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=27,35g CK=0,10g SO=1,70g TZS=1,17g</p> <p>Kisiskola: EN=242,20kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=38,09g CK=0,14g SO=2,23g TZS=1,31g</p>
<p>Tej (2)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Uborka;</p> <p>Ovoda: EN=304,70kcal FH=13,45g ZS=9,93g SZH=39,51g CK=9,39g SO=1,23g TZS=3,78g</p> <p>Iskola: EN=367,70kcal FH=17,80g ZS=13,70g SZH=42,45g CK=11,73g SO=1,61g TZS=5,31g</p> <p>Kisiskola: EN=410,20kcal FH=20,75g ZS=15,96g SZH=46,07g CK=14,05g SO=1,82g TZS=6,30g</p>	<p>Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes); Parajfőzelék tejjel (2)*; Főtt burgonya; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p> <p>Ovoda: EN=613,04kcal FH=27,57g ZS=17,16g SZH=82,39g CK=8,74g SO=1,33g TZS=2,28g</p> <p>Iskola: EN=798,14kcal FH=35,28g ZS=23,36g SZH=106,57g CK=10,39g SO=1,72g TZS=2,92g</p> <p>Kisiskola: EN=968,19kcal FH=41,31g ZS=28,14g SZH=129,82g CK=11,63g SO=2,28g TZS=3,50g</p>	<p>Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárfka (allergénmentes) (1)*;</p> <p>Ovoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SO=0,35g TZS=1,05g</p> <p>Iskola: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SO=0,35g TZS=1,05g</p> <p>Kisiskola: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SO=0,35g TZS=1,05g</p>
<p>PÉNTEK 2024.05.24.</p>	<p>CSÜTÖRTÖK 2024.05.23.</p>	<p>SZERDA 2024.05.22.</p>



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

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

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=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
 9=Hal; 10=Ráktétél; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűk

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

Étlap név:
0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Sull-Host
 Étkészítési
 Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2024.05.27.	KEDD 2024.05.28.	SZERDA 2024.05.29.	CSÜTÖRTÖK 2024.05.30.	PÉNTEK 2024.05.31.
<p>Tízórai</p> <p>Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</p>	<p>Ebéd A</p> <p>Zöldborsó leves 'teji-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;</p>	<p>Ebéd A</p> <p>Karalábé leves; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék tejfőlös (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Ebéd A</p> <p>Lebbencs leves; Kaporos káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Ebéd A</p> <p>Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>
<p>Uzsonna</p> <p>Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Uzsonna</p> <p>Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;</p>	<p>Uzsonna</p> <p>Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Uzsonna</p> <p>Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Uzsonna</p> <p>Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;</p>
<p>Övoda: EN=158,38kcal FH=3,32g ZS=3,91g SZH=26,74g CK=5,11g SO=0,55g TZS=0,88g</p> <p>Iskola: EN=195,72kcal FH=4,30g ZS=4,05g SZH=34,56g CK=7,15g SO=0,70g TZS=0,90g</p> <p>Kisiskola: EN=256,04kcal FH=5,90g ZS=4,24g SZH=47,27g CK=9,20g SO=0,99g TZS=0,98g</p>	<p>Övoda: EN=440,68kcal FH=17,15g ZS=22,63g SZH=45,77g CK=5,31g SO=0,10g TZS=0,92g</p> <p>Iskola: EN=586,73kcal FH=22,63g ZS=31,04g SZH=58,08g CK=6,74g SO=0,18g TZS=1,25g</p> <p>Kisiskola: EN=717,13kcal FH=27,97g ZS=39,37g SZH=67,35g CK=7,91g SO=0,26g TZS=1,57g</p>	<p>Övoda: EN=549,22kcal FH=27,01g ZS=13,59g SZH=47,03g CK=3,88g SO=1,10g TZS=0,69g</p> <p>Iskola: EN=688,36kcal FH=33,43g ZS=18,50g SZH=60,11g CK=4,51g SO=1,70g TZS=1,04g</p> <p>Kisiskola: EN=819,07kcal FH=38,24g ZS=21,71g SZH=69,61g CK=5,24g SO=2,00g TZS=1,32g</p>	<p>Övoda: EN=456,93kcal FH=25,89g ZS=12,05g SZH=64,33g CK=1,18g SO=1,09g TZS=0,90g</p> <p>Iskola: EN=573,83kcal FH=32,11g ZS=16,13g SZH=78,89g CK=1,33g SO=1,56g TZS=1,30g</p> <p>Kisiskola: EN=698,91kcal FH=36,90g ZS=19,48g SZH=88,58g CK=1,57g SO=2,02g TZS=1,74g</p>	<p>Övoda: EN=314,10kcal FH=10,76g ZS=6,93g SZH=37,01g CK=0,08g SO=1,04g TZS=5,38g</p> <p>Iskola: EN=370,60kcal FH=14,10g ZS=11,10g SZH=35,20g CK=0,10g SO=1,34g TZS=6,90g</p> <p>Kisiskola: EN=452,20kcal FH=18,18g ZS=15,56g SZH=45,65g CK=0,14g SO=1,78g TZS=8,48g</p>
<p>HÉTFŐ 2024.05.27.</p>	<p>KEDD 2024.05.28.</p>	<p>SZERDA 2024.05.29.</p>	<p>CSÜTÖRTÖK 2024.05.30.</p>	<p>PÉNTEK 2024.05.31.</p>

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kegyér-Égyházi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@sull-host.hu

Étlap név:
0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO₂; TZS=Telített zsír.

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

Diétás ételtek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3081)

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2024.05.01.-től 2024.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma rostoslé 'dobozos' Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves (tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,57kcal	1,72g	0,61g	26,10g	21,28g	0,09g	0,27g
Almamártás Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	153,39kcal	1,77g	4,45g	25,11g	17,10g	0,04g	0,20g
Almás sajtos csirkecomb Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin kocka, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Trappista sajt	242,54kcal	20,23g	11,43g	13,62g	4,40g	0,35g	1,90g
Babgulyás leves sertéshússal Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	229,65kcal	17,21g	6,42g	24,42g	1,06g	0,18g	0,22g
Banán Összetétel: Banán	115,50kcal	1,43g	0,00g	26,62g	0,00g	0,00g	0,00g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejő Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
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
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,91kcal	3,48g	0,52g	11,50g	1,66g	0,22g	0,04g
Burgonyafőzelék tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	240,52kcal	5,64g	3,70g	42,39g	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
Burgonyaleves tejfölös Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	107,80kcal	2,61g	2,70g	16,86g	0,89g	0,05g	0,22g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	0,00g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2024.05.01.-től 2024.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,41kcal	1,04g	2,11g	9,16g	1,10g	0,04g	0,22g
Darásmetélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Porcukor, Sárgabarack lekvár, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	465,83kcal	4,47g	8,26g	92,24g	32,00g	0,47g	0,70g
Diós metélt Összetétel: Dióbél, Étolaj 'napraforgó', Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	400,34kcal	5,66g	12,10g	65,75g	17,50g	0,03g	0,10g
Finomfőzelék tejes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	201,98kcal	7,31g	3,62g	33,09g	16,04g	0,13g	0,63g
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
Frankfurti leves liszt-,tejmentes Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Órölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli, Vöröshagyma	151,21kcal	5,46g	8,44g	12,71g	0,56g	0,82g	2,70g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,01kcal	2,39g	2,24g	10,19g	0,27g	0,08g	0,22g
Gomba leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	79,32kcal	2,76g	2,20g	11,76g	0,99g	0,09g	0,22g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Órölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,30g	0,40g
Gyümölcsrizs 'tejes' Összetétel: Fagy. alma, Kristálycukor, Rizs 'A', Tej '1,5%'	298,60kcal	12,13g	4,69g	63,06g	31,50g	0,30g	2,70g
Házi zöldséges sertés húskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,09g	0,60g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,03g	0,01g
Kapros káposzta Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Órölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	281,57kcal	21,38g	9,29g	32,69g	0,21g	0,15g	0,21g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Órölt 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 Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,78kcal	1,57g	1,24g	10,19g	3,54g	0,24g	0,13g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2024.05.01.-től 2024.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,65g	0,20g
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
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,33kcal	13,25g	12,65g	1,97g	0,42g	0,45g	1,53g
Meggy mártás 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	200,20kcal	2,30g	4,89g	35,94g	25,25g	0,15g	0,50g
Mézes mustáros csirkefile 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb file, Mustár, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	220,77kcal	17,14g	13,68g	6,99g	5,22g	0,23g	1,00g
Milánói makaróni Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,68kcal	14,84g	18,51g	56,03g	8,98g	0,18g	0,34g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Mini vaj Összetétel: Mini vaj	130,60kcal	2,00g	14,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárka (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárka 50g	159,00kcal	3,85g	2,05g	30,45g	4,45g	0,35g	0,35g
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,66g	0,00g	9,35g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,30g	0,60g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2024.05.01.-től 2024.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	0,90g	0,41g
Paradicsom leves Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	122,24kcal	1,81g	3,09g	21,68g	12,48g	0,06g	0,33g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Paradicsomos káposzta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	135,56kcal	3,87g	2,36g	24,61g	10,97g	0,07g	0,24g
Parajfőzelék tejjel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	157,13kcal	6,42g	5,62g	20,34g	7,60g	0,40g	1,30g
Párolt csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott'	144,11kcal	20,02g	5,44g	3,26g	0,00g	0,30g	0,50g
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
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Pírított kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,06g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Rakott brokkoli kölessel sajtos Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamín paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Trappista sajt, Vöröshagyma	369,74kcal	23,91g	14,80g	30,88g	3,86g	0,56g	2,57g
Rakott zöldbab tejfőlés 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
Rostos almálé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Rostos ivólé 100% narancs Összetétel: 100%-os narancs dobozos gyümölcsle	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sajtszórat Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
Sertés flekken Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,93kcal	17,44g	10,28g	5,84g	0,42g	0,15g	0,41g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2024.05.01.-től 2024.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Sült csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	114,47kcal	19,76g	3,56g	0,40g	0,00g	0,30g	0,30g
Sült hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	0,85g	0,40g
Szarvacskás tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacskás tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,44kcal	0,75g	0,13g	21,53g	17,22g	0,01g	0,00g
Tarhonyaleves '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
Tarhonyás csirke (combfilé) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	376,08kcal	19,77g	11,76g	45,91g	0,51g	0,30g	0,71g
Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	115,90kcal	11,19g	4,63g	6,81g	0,78g	0,26g	0,21g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
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
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Teljes kiörlésű kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,30g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2024.05.01.-től 2024.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	24,10kcal	0,60g	0,06g	5,02g	4,00g	0,01g	0,00g
Vadas pulykaapró Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	226,74kcal	18,10g	14,48g	4,87g	0,53g	0,22g	0,61g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,21kcal	13,07g	8,70g	4,21g	0,09g	0,30g	0,60g
Vagdalt 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
Vagdalt sertés(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,06g	0,26g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zöldborsó leves '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 Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	226,21kcal	9,04g	4,90g	34,91g	15,84g	0,21g	0,84g
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,57kcal	13,90g	7,72g	4,20g	1,17g	0,15g	0,32g
Zöldfűszeres harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldséges 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 'tej-, cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	68,62kcal	1,83g	2,61g	8,90g	1,94g	0,07g	0,27g
Zsemle (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes zsemle 50g	143,00kcal	4,35g	0,40g	29,50g	0,15g	0,70g	0,20g