

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2025.06.02.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Sajtós tészta (diabetikus) (2)*; Alma;	Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=220,30kcal FH=10,12g ZS=6,95g SZH=29,50g CK=0,47g SÓ=0,83g TZS=2,68g	Óvoda: EN=514,51kcal FH=15,04g ZS=19,91g SZH=67,02g CK=0,56g SÓ=1,25g TZS=6,85g	Óvoda: EN=167,90kcal FH=8,81g ZS=5,38g SZH=20,81g CK=0,27g SÓ=1,21g TZS=0,88g
KEDD 2025.06.03.	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vagdalt (diabetikus); Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' (2, 15)*;	Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=227,22kcal FH=11,71g ZS=10,85g SZH=20,51g CK=0,32g SÓ=1,11g TZS=5,38g	Óvoda: EN=491,02kcal FH=22,00g ZS=23,42g SZH=44,37g CK=0,70g SÓ=0,55g TZS=1,28g	Óvoda: EN=135,90kcal FH=4,21g ZS=3,98g SZH=20,81g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,88g
SZERDA 2025.06.04.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Rakott brokkoli kölessel tejmentes; Alma;	Tejfölös túró (házi) (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,02g SZH=21,77g CK=0,27g SÓ=1,02g TZS=1,83g	Óvoda: EN=427,63kcal FH=22,60g ZS=12,27g SZH=51,88g CK=0,34g SÓ=0,43g TZS=0,60g	Óvoda: EN=131,30kcal FH=6,54g ZS=1,89g SZH=21,84g CK=0,27g SÓ=0,84g TZS=0,18g
CSÜTÖRTÖK 2025.06.05.	Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Burgonyaleves (tejmentes); Sült csirkecomb; Alma mártás tejmentes 'cukormentes' (15)*; Pirított kukoricadara;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=173,22kcal FH=5,92g ZS=7,35g SZH=20,76g CK=0,44g SÓ=1,03g TZS=2,08g	Óvoda: EN=488,61kcal FH=21,70g ZS=17,43g SZH=52,44g CK=13,08g SÓ=0,14g TZS=1,22g	Óvoda: EN=225,30kcal FH=9,01g ZS=9,35g SZH=26,30g CK=0,27g SÓ=0,78g TZS=4,48g
PÉNTEK 2025.06.06.	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=222,30kcal FH=8,71g ZS=9,20g SZH=26,00g CK=0,57g SÓ=0,78g TZS=4,33g	Óvoda: EN=364,62kcal FH=22,83g ZS=16,28g SZH=25,72g CK=1,53g SÓ=0,41g TZS=1,27g	Óvoda: EN=146,30kcal FH=5,97g ZS=4,30g SZH=20,97g CK=0,27g SÓ=1,13g TZS=1,01g

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:

1300A1 Diabetes

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.segedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2025.06.09.	Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes'; Gránátos kocka; Alma;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=289,00kcal FH=12,72g ZS=12,57g SZH=31,27g CK=9,53g SÓ=1,22g TZS=3,21g	Óvoda: EN=487,36kcal FH=15,99g ZS=12,63g SZH=74,69g CK=1,21g SÓ=0,56g TZS=0,92g	Óvoda: EN=209,10kcal FH=6,99g ZS=10,70g SZH=21,34g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=3,66g
KEDD 2025.06.10.	Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Uborka;	Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta cukormentes (5, 15)*;	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=133,27kcal FH=7,14g ZS=1,85g SZH=21,70g CK=0,36g SÓ=0,66g TZS=0,18g	Óvoda: EN=385,51kcal FH=16,10g ZS=21,21g SZH=30,59g CK=4,40g SÓ=0,17g TZS=0,71g	Óvoda: EN=180,00kcal FH=7,30g ZS=7,02g SZH=21,77g CK=0,27g SÓ=1,02g TZS=1,83g
SZERDA 2025.06.11.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Csirkepaprikás; Pirított tarhonya 'lisztmentes'; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=146,30kcal FH=5,97g ZS=4,30g SZH=20,97g CK=0,27g SÓ=1,13g TZS=1,01g	Óvoda: EN=482,50kcal FH=21,85g ZS=17,29g SZH=57,87g CK=2,41g SÓ=0,58g TZS=1,28g	Óvoda: EN=225,30kcal FH=9,01g ZS=9,35g SZH=26,30g CK=6,27g SÓ=0,78g TZS=4,48g
CSÜTÖRTÖK 2025.06.12.	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Paprikás sült hal (9)*; Rizi-bizi;	Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=227,22kcal FH=11,71g ZS=10,85g SZH=20,51g CK=0,32g SÓ=1,11g TZS=5,38g	Óvoda: EN=250,25kcal FH=12,92g ZS=10,63g SZH=24,37g CK=7,31g SÓ=1,24g TZS=1,04g	Óvoda: EN=170,90kcal FH=6,51g ZS=6,95g SZH=20,59g CK=0,31g SÓ=0,96g TZS=1,96g
PÉNTEK 2025.06.13.	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás csirkecomb 'tejmentes'; Burgonyapüré natur;	Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=222,30kcal FH=8,71g ZS=9,20g SZH=26,00g CK=5,97g SÓ=0,78g TZS=4,33g	Óvoda: EN=479,05kcal FH=26,31g ZS=10,45g SZH=64,27g CK=6,06g SÓ=0,44g TZS=0,44g	Óvoda: EN=244,30kcal FH=3,92g ZS=3,95g SZH=47,30g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,88g

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:

1300A1 Diabetesz

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2025.06.16.	Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Pulykaragu leves 'tej-, cukormentes'; Tejberizs (diabetikus) (2, 15)*; Alma;	Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=294,00kcal FH=11,63g ZS=14,97g SZH=28,07g CK=6,33g SÓ=1,17g TZS=5,01g	Óvoda: EN=281,27kcal FH=17,99g ZS=11,47g SZH=25,57g CK=9,59g SÓ=0,54g TZS=2,21g	Óvoda: EN=178,10kcal FH=6,21g ZS=7,38g SZH=21,21g CK=0,39g SÓ=1,03g TZS=2,06g
KEDD 2025.06.17.	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás (diab.tejment) (15)*; Főtt burgonya;	Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;
	Óvoda: EN=227,22kcal FH=11,71g ZS=10,85g SZH=20,51g CK=0,32g SÓ=1,11g TZS=5,38g	Óvoda: EN=431,60kcal FH=23,79g ZS=12,89g SZH=51,36g CK=13,77g SÓ=0,29g TZS=0,63g	Óvoda: EN=166,40kcal FH=4,36g ZS=3,95g SZH=28,00g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,88g
SZERDA 2025.06.18.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vadas pulykaapró 'tejmentes' (5, 11)*; Szarvacskaszerű gluténment.; Narancs;	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=220,30kcal FH=10,12g ZS=6,95g SZH=29,50g CK=9,47g SÓ=0,83g TZS=2,68g	Óvoda: EN=578,19kcal FH=22,03g ZS=21,29g SZH=71,45g CK=1,55g SÓ=0,55g TZS=1,34g	Óvoda: EN=183,60kcal FH=7,60g ZS=7,05g SZH=22,28g CK=0,27g SÓ=1,02g TZS=1,83g
CSÜTÖRTÖK 2025.06.19.	Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) (15)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=135,67kcal FH=7,20g ZS=1,91g SZH=22,09g CK=0,36g SÓ=0,66g TZS=0,18g	Óvoda: EN=484,20kcal FH=23,59g ZS=16,67g SZH=54,34g CK=10,67g SÓ=0,33g TZS=1,02g	Óvoda: EN=146,30kcal FH=5,97g ZS=4,30g SZH=20,97g CK=0,27g SÓ=1,13g TZS=1,01g
PÉNTEK 2025.06.20.	Tej (2)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes); Parajfőzelék (cukor-, tejmentes) (15)*; Alma;	Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=262,50kcal FH=13,02g ZS=9,98g SZH=30,31g CK=9,51g SÓ=1,16g TZS=3,76g	Óvoda: EN=459,90kcal FH=19,95g ZS=19,22g SZH=49,29g CK=1,06g SÓ=0,61g TZS=1,62g	Óvoda: EN=244,30kcal FH=3,92g ZS=3,95g SZH=47,30g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,88g

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:

1300A1 Diabetesz

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

**Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0**

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2025.06.23.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta 'sertéshús-, cukormentes' (9)*; Alma;	Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=170,30kcal FH=8,87g ZS=6,44g SZH=21,20g CK=0,27g SÓ=1,21g TZS=0,88g	Óvoda: EN=410,05kcal FH=14,35g ZS=6,68g SZH=71,32g CK=6,50g SÓ=0,89g TZS=0,58g	Óvoda: EN=222,30kcal FH=8,71g ZS=9,20g SZH=26,00g CK=5,97g SÓ=0,78g TZS=4,33g
KEDD 2025.06.24.	Tej (2)*; Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Csontleves; Rakott zöldbab tejmentes;	Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=332,30kcal FH=10,12g ZS=6,95g SZH=56,50g CK=0,47g SÓ=0,83g TZS=2,68g	Óvoda: EN=388,78kcal FH=15,45g ZS=21,95g SZH=29,45g CK=5,31g SÓ=0,13g TZS=0,92g	Óvoda: EN=167,90kcal FH=8,81g ZS=5,38g SZH=20,81g CK=0,27g SÓ=1,21g TZS=0,88g
SZERDA 2025.06.25.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Karalábé leves; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék tejfölös (2)*;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=135,90kcal FH=4,21g ZS=3,98g SZH=20,81g CK=0,27g SÓ=0,83g TZS=0,88g	Óvoda: EN=448,82kcal FH=24,05g ZS=13,27g SZH=53,23g CK=3,80g SÓ=0,54g TZS=0,53g	Óvoda: EN=203,10kcal FH=6,63g ZS=10,81g SZH=20,45g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=3,66g
CSÜTÖRTÖK 2025.06.26.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Lebbencs leves; Kapos káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Alma;	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=223,90kcal FH=10,42g ZS=6,98g SZH=30,01g CK=0,47g SÓ=0,83g TZS=2,68g	Óvoda: EN=351,88kcal FH=22,19g ZS=11,68g SZH=37,04g CK=1,10g SÓ=0,53g TZS=0,74g	Óvoda: EN=146,30kcal FH=5,97g ZS=4,30g SZH=20,97g CK=0,27g SÓ=1,13g TZS=1,01g
PÉNTEK 2025.06.27.	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt rizs;	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=230,82kcal FH=12,02g ZS=10,88g SZH=21,02g CK=0,32g SÓ=1,11g TZS=5,38g	Óvoda: EN=364,25kcal FH=19,68g ZS=23,28g SZH=17,53g CK=2,37g SÓ=0,17g TZS=1,78g	Óvoda: EN=207,00kcal FH=6,88g ZS=9,66g SZH=22,96g CK=0,33g SÓ=1,02g TZS=1,41g

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:

1300A1 Diabetesz

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikusról kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2025.06.30.	Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Meggyleves (cukormentes, tejment.) (15)*; Bácskai rizseshús sertés; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;	Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=173,22kcal FH=5,92g ZS=7,35g SZH=20,76g CK=0,44g SÓ=1,03g TZS=2,08g	Óvoda: EN=229,25kcal FH=12,92g ZS=9,90g SZH=20,83g CK=0,61g SÓ=0,63g TZS=0,62g	Óvoda: EN=201,00kcal FH=6,52g ZS=9,57g SZH=22,07g CK=0,33g SÓ=1,02g TZS=1,41g
KEDD 2025.07.01.	Tea (diabetikus) (15)*; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;	Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Alma;
	Óvoda: EN=277,02kcal FH=10,51g ZS=16,55g SZH=21,38g CK=0,38g SÓ=1,95g TZS=5,86g	Óvoda: EN=541,15kcal FH=21,86g ZS=20,69g SZH=64,79g CK=2,06g SÓ=0,37g TZS=1,22g	Óvoda: EN=166,40kcal FH=4,36g ZS=3,95g SZH=28,00g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,88g
SZERDA 2025.07.02.	Tea (diabetikus) (15)*; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Zöldségleves 'lisztmentes'; Sült csirkecomb; Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' (2, 15)*; Alma;	Csirkemájkrém 30g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=203,82kcal FH=6,63g ZS=10,61g SZH=20,51g CK=0,35g SÓ=1,10g TZS=3,66g	Óvoda: EN=458,69kcal FH=27,96g ZS=14,63g SZH=45,42g CK=10,25g SÓ=0,44g TZS=1,33g	Óvoda: EN=163,60kcal FH=7,60g ZS=7,05g SZH=22,28g CK=0,27g SÓ=1,02g TZS=1,83g
CSÜTÖRTÖK 2025.07.03.	Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Uborka;	Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Brassói aprópecsenye; Forgatott burgonya; Káposzta-sárgarépa saláta 'Cukormentes' (15)*;	Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Alma;
	Óvoda: EN=133,27kcal FH=7,14g ZS=1,85g SZH=21,70g CK=0,36g SÓ=0,66g TZS=0,18g	Óvoda: EN=451,66kcal FH=24,66g ZS=13,09g SZH=53,76g CK=3,82g SÓ=0,45g TZS=0,64g	Óvoda: EN=166,40kcal FH=4,36g ZS=3,95g SZH=28,00g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,88g
PÉNTEK 2025.07.04.	Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vagdalt (diabetikus); Tökfőzelék (cukormentes, tejfőlös) (2, 15)*; Alma;	Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	Óvoda: EN=228,30kcal FH=9,07g ZS=9,29g SZH=26,89g CK=5,97g SÓ=0,78g TZS=4,33g	Óvoda: EN=465,62kcal FH=15,66g ZS=24,53g SZH=42,24g CK=6,74g SÓ=0,41g TZS=1,07g	Óvoda: EN=244,30kcal FH=3,92g ZS=3,95g SZH=47,30g CK=0,27g SÓ=0,63g TZS=0,88g

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:

1300A1 Diabetesz

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.06.01.-től 2025.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma mártás tejmentes 'cukormentes' Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	104,99kcal	1,09g	2,05g	19,31g	12,10g	0,03g	0,20g
Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	63,78kcal	0,72g	0,15g	13,93g	9,90g	0,03g	0,00g
Almás csirkecomb 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin kocka, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	211,14kcal	17,63g	9,13g	13,57g	4,40g	0,19g	0,40g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,06g	0,20g
ásványvíz 0,5 liter Összetétel: Ásványvíz 0,5l	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	154,29kcal	11,03g	9,68g	4,99g	0,25g	0,45g	0,61g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejő Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bazsalikomos csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,03g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bolognai halas-teszta 'serteshus-, cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti teszta, Tartósítószermentes sültített paradicsom, Vöröshagyma	300,78kcal	10,72g	5,37g	51,54g	3,53g	0,83g	0,43g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,06g	0,20g
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka teszta, 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
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	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: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.06.01.-től 2025.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkepaprikás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	146,86kcal	16,89g	7,89g	1,31g	0,34g	0,06g	0,41g
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
Dzsem (diabetikus) Összetétel: Diabetikus dzsem	112,00kcal	0,00g	0,00g	27,00g	0,00g	0,00g	0,00g
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, Őrölt 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, Őrölt 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, Őrölt 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, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,30g	0,40g
Gránátos kocka Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fodros nagykocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	337,36kcal	4,36g	7,90g	60,19g	0,42g	0,30g	0,71g
Hagymás burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	224,33kcal	5,09g	4,29g	37,55g	0,34g	0,09g	0,40g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
Káposzta saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Só 'jódozott'	25,84kcal	1,30g	0,17g	4,69g	0,00g	0,03g	0,01g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,00kcal	19,61g	8,70g	12,81g	0,21g	0,30g	0,21g
Karalábé leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt 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
Kelkáposztafőzelék tej, lisztmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Rizsliszt, Só 'jódozott'	218,04kcal	5,49g	5,30g	35,30g	0,00g	0,15g	0,50g
Kényér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.06.01.-től 2025.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
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, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	95,20kcal	2,30g	5,67g	8,51g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,33kcal	13,25g	12,65g	1,97g	0,42g	0,45g	1,53g
Meggyleves (cukormentes, tejment.) Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	66,48kcal	1,19g	0,15g	14,65g	10,35g	0,03g	0,00g
Meggy mártás (diab.tejment.) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	118,26kcal	1,69g	2,98g	20,58g	12,65g	0,15g	0,30g
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 Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,30g	0,60g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,15g	0,20g
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
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 'Cukormentes' Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	57,95kcal	1,84g	0,34g	11,73g	2,48g	0,06g	0,03g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.06.01.-től 2025.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsomos káposzta cukormentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	103,56kcal	3,87g	2,36g	16,61g	2,97g	0,07g	0,24g
Parajfőzelék (cukor-, tejmentes) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Folyékony édesítőszer, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	164,29kcal	3,82g	8,30g	18,74g	0,00g	0,27g	0,80g
Párizsi csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás	279,98kcal	16,44g	19,97g	7,47g	0,04g	0,33g	2,27g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	88,48kcal	0,40g	7,41g	4,98g	0,09g	0,09g	0,80g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	43,65kcal	0,26g	3,25g	3,29g	0,04g	0,06g	0,35g
Párolt zöldségek ingyenc Összetétel: Fagy. ingyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,66kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,06g	0,00g
Párolt zöldségek ingyenc Összetétel: Fagy. ingyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	119,54kcal	6,00g	2,30g	18,00g	0,00g	0,15g	0,00g
Petrezselymes túrókrém Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Pírtott kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,06g	0,60g
Pírtott tarhonya 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	258,53kcal	2,43g	6,72g	46,48g	0,13g	0,30g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Pulykaragu leves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,07kcal	11,10g	8,44g	5,50g	0,39g	0,31g	0,41g
Rakott brokkoli kölessel tejmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott', főzővíz', Vöröshagyma	335,58kcal	20,33g	11,93g	32,45g	2,85g	0,37g	0,57g
Rakott zöldbab tejmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Liga margarin kocka, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Rizsital, Rizsliszt, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	328,37kcal	14,41g	19,84g	20,30g	4,21g	0,08g	0,70g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	96,37kcal	2,56g	5,71g	8,18g	2,09g	0,31g	0,63g
Sajtos tészta (diabetikus) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt	329,20kcal	9,14g	11,47g	46,61g	0,00g	0,43g	4,15g
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
Sertés flekken 'lisztmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,26kcal	17,62g	10,31g	7,89g	0,42g	0,30g	0,41g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.06.01.-től 2025.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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', Örlt 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
Sonkás májaskrém 50g 'Eurofood' Összetétel: Sonkás májaskrém	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Szilvaleves (diabetikus) Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	51,38kcal	0,91g	0,72g	9,72g	5,22g	0,03g	0,00g
Tarhonyaleves (burgonyamentes) Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Örlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	71,50kcal	1,22g	2,20g	11,43g	1,02g	0,18g	0,22g
Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Örlt 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 (diabetikus) Összetétel: Citromlé 40%, Folyékony édesítőszer, Teafű	0,72kcal	0,00g	0,00g	0,06g	0,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó (diabetikus) Összetétel: Folyékony édesítőszer, Tea filteres	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs (diabetikus) Összetétel: Folyékony édesítőszer, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	102,10kcal	6,45g	3,03g	12,38g	9,20g	0,23g	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', Örlt 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: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.06.01.-től 2025.06.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Folyékony édesítőszer, Kigyó uborka, Só 'jódozott'	8,49kcal	0,70g	0,07g	1,19g	0,00g	0,15g	0,00g
Vadas pulykaapró 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Örlött fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,54kcal	17,76g	13,28g	4,47g	0,53g	0,22g	0,61g
Vagdalt (diabetikus) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	217,40kcal	11,18g	16,28g	4,83g	0,34g	0,15g	0,21g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,21kcal	13,07g	8,70g	4,21g	0,09g	0,30g	0,60g
Vagdalt sertés(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlött 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
Zöldbabfőzelék (tejfölös, cukormentes) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	130,27kcal	4,39g	5,15g	15,25g	3,28g	0,07g	0,47g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,05g	0,15g
Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Folyékony édesítőszer, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%	202,11kcal	9,61g	4,94g	28,11g	8,34g	0,21g	0,85g
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, Örlött fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	123,83kcal	5,98g	7,47g	7,44g	2,01g	0,47g	0,62g
Zöldségleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	68,62kcal	1,83g	2,61g	8,90g	1,94g	0,07g	0,27g