

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna		
Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebó margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;		Meggyleves (cukormentes, tejment.) (15)*; Bácskai rizseshús sertés; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Zöldsűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;		
HÉTFŐ 2025.05.05.		Óvoda: EN=173,22kcal Iskola: EN=224,98kcal FH=5,92g ZS=7,35g SZH=20,76g CK=0,44g SO=1,03g Tzs=2,00g Iskola: EN=224,98kcal FH=8,35g ZS=10,80g SZH=23,44g CK=0,61g SO=1,50g Tzs=3,30g K.I.skola: EN=245,08kcal FH=9,35g ZS=12,50g SZH=23,64g CK=0,67g SO=1,70g Tzs=3,90g		Óvoda: EN=229,25kcal Iskola: EN=290,41kcal FH=12,92g ZS=9,90g SZH=20,83g CK=10,61g SO=0,63g Tzs=0,62g Iskola: EN=290,41kcal FH=15,82g ZS=12,66g SZH=28,65g CK=14,14g SO=0,79g Tzs=0,82g K.I.skola: EN=340,28kcal FH=18,44g ZS=15,40g SZH=30,03g CK=15,38g SO=0,81g Tzs=1,03g		
KEDD 2025.05.06.		Tea (diabetikus) (15)*; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;		Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*, Spagetti;		Bebó margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Alma;
Óvoda: EN=277,02kcal Iskola: EN=288,58kcal FH=10,51g ZS=16,55g SZH=21,38g CK=0,38g SO=1,95g Tzs=5,88g Iskola: EN=288,58kcal FH=10,95g ZS=16,60g SZH=23,66g CK=0,43g SO=2,02g Tzs=5,88g K.I.skola: EN=288,58kcal FH=10,95g ZS=16,60g SZH=23,66g CK=0,43g SO=2,02g Tzs=5,88g		Óvoda: EN=541,15kcal Iskola: EN=709,61kcal FH=21,86g ZS=20,69g SZH=64,79g CK=2,06g SO=0,37g Tzs=1,22g Iskola: EN=709,61kcal FH=28,15g ZS=21,20g SZH=85,28g CK=3,53g SO=0,76g Tzs=1,64g K.I.skola: EN=852,95kcal FH=31,89g ZS=32,86g SZH=104,21g CK=4,28g SO=0,87g Tzs=2,05g		Óvoda: EN=166,40kcal Iskola: EN=190,00kcal FH=4,36g ZS=3,95g SZH=28,00g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g Iskola: EN=190,00kcal FH=4,95g ZS=4,00g SZH=33,05g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g K.I.skola: EN=190,00kcal FH=4,95g ZS=4,00g SZH=33,05g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g		
SZERDA 2025.05.07.		Tea (diabetikus) (15)*; Tauris Király szalámi; Bebó margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;		Zöldségleves 'Iisztmentes'; Sült csirkecomb; Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' (2, 15)*; Alma;		Csirkealjkrém 30g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Uborka;
Óvoda: EN=203,82kcal Iskola: EN=262,58kcal FH=6,63g ZS=10,61g SZH=20,61g CK=0,35g SO=1,10g Tzs=3,66g Iskola: EN=262,58kcal FH=8,86g ZS=15,09g SZH=22,89g CK=0,42g SO=1,48g Tzs=5,53g K.I.skola: EN=262,58kcal FH=8,86g ZS=15,09g SZH=22,89g CK=0,42g SO=1,48g Tzs=5,53g		Óvoda: EN=458,69kcal Iskola: EN=568,42kcal FH=27,96g ZS=14,63g SZH=46,42g CK=0,25g SO=0,44g Tzs=1,33g Iskola: EN=568,42kcal FH=33,46g ZS=18,78g SZH=56,30g CK=12,10g SO=0,70g Tzs=1,74g K.I.skola: EN=710,18kcal FH=41,75g ZS=23,58g SZH=70,53g CK=16,52g SO=0,80g Tzs=2,23g		Óvoda: EN=133,60kcal Iskola: EN=197,20kcal FH=7,60g ZS=7,05g SZH=22,28g CK=0,27g SO=1,02g Tzs=1,83g Iskola: EN=197,20kcal FH=8,24g ZS=7,12g SZH=24,87g CK=0,30g SO=1,08g Tzs=1,85g K.I.skola: EN=277,60kcal FH=11,73g ZS=13,70g SZH=26,61g CK=0,30g SO=1,48g Tzs=3,50g		
CSÜTÖRTÖK 2025.05.08.		Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Uborka;		Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Brassó aprópecsenye; Forgatott burgonya; Káposzta-sárgarépa saláta 'Cukormentes' (15)*;		Bebó margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Alma;
Óvoda: EN=133,27kcal Iskola: EN=168,01kcal FH=7,14g ZS=1,85g SZH=21,70g CK=0,36g SO=0,66g Tzs=0,18g Iskola: EN=168,01kcal FH=9,96g ZS=2,91g SZH=24,96g CK=0,46g SO=0,73g Tzs=0,20g K.I.skola: EN=176,97kcal FH=10,82g ZS=3,30g SZH=25,43g CK=0,50g SO=0,76g Tzs=0,20g		Óvoda: EN=451,66kcal Iskola: EN=586,63kcal FH=24,66g ZS=13,09g SZH=33,76g CK=3,82g SO=0,45g Tzs=0,64g Iskola: EN=586,63kcal FH=31,16g ZS=17,79g SZH=69,04g CK=6,16g SO=0,87g Tzs=0,95g K.I.skola: EN=678,03kcal FH=35,26g ZS=20,24g SZH=81,16g CK=6,95g SO=1,18g Tzs=1,11g		Óvoda: EN=166,40kcal Iskola: EN=190,00kcal FH=4,36g ZS=3,95g SZH=28,00g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g Iskola: EN=190,00kcal FH=4,95g ZS=4,00g SZH=33,05g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g K.I.skola: EN=190,00kcal FH=4,95g ZS=4,00g SZH=33,05g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g		
PÉNTEK 2025.05.09.		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vagdat (diabetikus); Tökfőzelék (cukormentes, tejfőös) (2, 15)*; Alma;		Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;
Óvoda: EN=228,30kcal Iskola: EN=243,50kcal FH=9,07g ZS=9,29g SZH=26,88g CK=5,97g SO=0,76g Tzs=4,33g Iskola: EN=243,50kcal FH=9,75g ZS=9,40g SZH=29,75g CK=6,00g SO=0,85g Tzs=4,33g K.I.skola: EN=245,50kcal FH=9,87g ZS=9,43g SZH=30,05g CK=6,00g SO=0,85g Tzs=4,33g		Óvoda: EN=466,62kcal Iskola: EN=617,68kcal FH=15,66g ZS=24,53g SZH=42,24g CK=6,74g SO=0,41g Tzs=1,07g Iskola: EN=617,68kcal FH=20,66g ZS=32,96g SZH=55,12g CK=8,65g SO=0,74g Tzs=1,47g K.I.skola: EN=705,95kcal FH=23,59g ZS=38,03g SZH=62,19g CK=10,64g SO=0,90g Tzs=1,77g		Óvoda: EN=244,30kcal Iskola: EN=255,50kcal FH=4,47,30g CK=0,27g SZH=0,63g Tzs=0,88g Iskola: EN=255,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=48,55g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g K.I.skola: EN=367,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=76,55g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g		

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



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

Étlap név:

1300A1 Diabetesz

Tápanyagtaralom: EN=Számtott energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TIS=Telített zsír.

TZS=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;

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

**Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0**

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna
	Tea (diabetikus) (15)*; Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Zöldségkrémleves (2)*; Párolt sertés szelet; Tölt burgonya;	Csikemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldséppaprika;		
HÉTFŐ 2025.05.12.	Övoda: EN=245,02kcal FH=3,92g ZS=3,35g SZH=47,39g CK=0,32g SÓ=0,63g TZS=0,88g	Övoda: EN=505,18kcal FH=23,77g ZS=21,24g SZH=49,49g CK=2,19g SÓ=0,50g TZS=1,42g	Övoda: EN=186,00kcal FH=7,67g ZS=7,11g SZH=22,66g CK=0,27g SÓ=1,02g TZS=1,83g	Övoda: EN=245,02kcal FH=3,92g ZS=3,35g SZH=47,39g CK=0,32g SÓ=0,63g TZS=0,88g	Övoda: EN=245,02kcal FH=3,92g ZS=3,35g SZH=47,39g CK=0,32g SÓ=0,63g TZS=0,88g
KEDD 2025.05.13.	Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Karalábé leves; Húscombóc sült tojásmént.; Paradicsom mártás 'Cukormentes' (5, 15)*; Főtt burgonya;	Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Övoda: EN=173,22kcal FH=5,92g ZS=7,35g SZH=20,97g CK=0,44g SÓ=1,03g TZS=2,08g	Övoda: EN=173,22kcal FH=5,92g ZS=7,35g SZH=20,97g CK=0,44g SÓ=1,03g TZS=2,08g
SZERDA 2025.05.14.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldfűszeres (9)*; Rizibizi;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Övoda: EN=171,50kcal FH=8,47g ZS=4,69g SZH=23,90g CK=0,30g SÓ=1,70g TZS=1,17g	Övoda: EN=171,50kcal FH=8,47g ZS=4,69g SZH=23,90g CK=0,30g SÓ=1,70g TZS=1,17g
CSÜTÖRTÖK 2025.05.15.	Tea (diabetikus) (15)*; Tejfölös túró (házi) (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) (15)*; Bazsalikomos csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;	Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	Övoda: EN=126,02kcal FH=6,18g ZS=1,80g SZH=21,01g CK=0,32g SÓ=0,64g TZS=0,18g	Övoda: EN=126,02kcal FH=6,18g ZS=1,80g SZH=21,01g CK=0,32g SÓ=0,64g TZS=0,18g
PÉNTEK 2025.05.16.	Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya;	Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Övoda: EN=226,50kcal FH=11,71g ZS=10,85g SZH=20,45g CK=0,27g SÓ=1,11g TZS=5,38g	Övoda: EN=226,50kcal FH=11,71g ZS=10,85g SZH=20,45g CK=0,27g SÓ=1,11g TZS=5,38g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kertvárosi 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;
TTS=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Dióféle, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Haj; 10=Rákféle; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Ciliagfűrt; 15=Édesítőszert; 16=Phenacetil;
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikustól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3087) Rendszer 3.0

	Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;			Őszi barack leves (cukormentes, tejmentes) (15)*; Sertésragu; Petrezselymes rizs;			Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;		
HÉTFŐ 2025.05.19.	Övoda: EN=233,22kcal FH=12,07g ZS=10,94g SZH=21,41g CK=0,32g SO=1,11g Tzs=5,38g Iskola: EN=280,18kcal FH=15,35g ZS=13,35g SZH=24,34g CK=0,37g SO=1,34g Tzs=6,90g K. Iskola: EN=313,58kcal FH=18,07g ZS=15,69g SZH=24,69g CK=0,37g SO=1,50g Tzs=8,40g			Övoda: EN=323,66kcal FH=14,37g ZS=20,04g SZH=21,11g CK=10,75g SO=0,49g Tzs=1,61g Iskola: EN=418,60kcal FH=18,97g ZS=26,35g SZH=25,67g CK=12,81g SO=0,71g Tzs=2,12g K. Iskola: EN=505,51kcal FH=21,47g ZS=32,77g SZH=30,59g CK=14,88g SO=0,82g Tzs=2,72g			Övoda: EN=166,40kcal FH=4,36g ZS=3,95g SZH=28,00g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g Iskola: EN=190,00kcal FH=4,95g ZS=4,00g SZH=33,05g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g K. Iskola: EN=190,00kcal FH=4,95g ZS=4,00g SZH=33,05g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g		
KEDD 2025.05.20.	Övoda: EN=225,30kcal FH=9,01g ZS=9,35g SZH=20,30g CK=6,27g SO=0,78g Tzs=4,48g Iskola: EN=236,50kcal FH=9,45g ZS=9,40g SZH=28,55g CK=6,30g SO=0,85g Tzs=4,50g K. Iskola: EN=236,50kcal FH=9,45g ZS=9,40g SZH=28,55g CK=6,30g SO=0,85g Tzs=4,50g			Övoda: EN=469,08kcal FH=24,40g ZS=12,51g SZH=59,21g CK=2,20g SO=0,23g Tzs=0,56g Iskola: EN=591,46kcal FH=30,43g ZS=16,67g SZH=73,17g CK=2,83g SO=0,40g Tzs=0,84g K. Iskola: EN=679,98kcal FH=33,84g ZS=20,44g SZH=82,46g CK=3,45g SO=0,51g Tzs=1,14g			Övoda: EN=167,90kcal FH=8,81g ZS=5,38g SZH=20,81g CK=0,27g SO=1,21g Tzs=0,88g Iskola: EN=213,50kcal FH=14,05g ZS=6,85g SZH=23,40g CK=0,30g SO=1,86g Tzs=0,90g K. Iskola: EN=230,70kcal FH=16,45g ZS=7,56g SZH=23,57g CK=0,30g SO=2,15g Tzs=0,90g		
SZERDA 2025.05.21.	Tej (2)*; Körözött házi (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Tavaszi leves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvascska tészta gluténment.; Káposzta saláta 'Cukormentes' (15)*;			Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek;		
	Övoda: EN=216,95kcal FH=13,04g ZS=4,82g SZH=30,33g CK=9,51g SO=1,13g Tzs=1,01g Iskola: EN=270,93kcal FH=17,21g ZS=6,61g SZH=35,52g CK=11,88g SO=0,99g Tzs=2,45g K. Iskola: EN=300,69kcal FH=19,52g ZS=7,74g SZH=38,12g CK=14,23g SO=1,06g Tzs=2,90g			Övoda: EN=557,80kcal FH=23,40g ZS=22,53g SZH=63,19g CK=3,15g SO=0,33g Tzs=1,87g Iskola: EN=726,62kcal FH=29,52g ZS=29,62g SZH=82,74g CK=3,98g SO=0,70g Tzs=2,48g K. Iskola: EN=874,11kcal FH=33,41g ZS=35,28g SZH=102,59g CK=4,27g SO=1,18g Tzs=2,88g			Övoda: EN=154,50kcal FH=6,64g ZS=4,56g SZH=21,52g CK=0,27g SO=0,93g Tzs=1,04g Iskola: EN=186,50kcal FH=9,70g ZS=5,21g SZH=24,87g CK=0,30g SO=1,30g Tzs=1,22g K. Iskola: EN=196,80kcal FH=11,01g ZS=5,51g SZH=25,42g CK=0,30g SO=1,45g Tzs=1,30g		
CSÜTÖRTÖK 2025.05.22.	Tea (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Csontleves; Hentes sertésragu 'lisztmentes' (11)*; Tört burgonya;			Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		
	Övoda: EN=147,02kcal FH=5,97g ZS=4,30g SZH=21,03g CK=0,32g SO=1,13g Tzs=1,01g Iskola: EN=172,58kcal FH=6,47g ZS=4,69g SZH=23,99g CK=0,37g SO=1,70g Tzs=1,17g K. Iskola: EN=179,58kcal FH=6,50g ZS=4,67g SZH=24,33g CK=0,37g SO=1,95g Tzs=1,23g			Övoda: EN=442,04kcal FH=21,36g ZS=15,49g SZH=49,35g CK=1,50g SO=0,84g Tzs=1,23g Iskola: EN=600,03kcal FH=29,84g ZS=22,51g SZH=63,15g CK=2,15g SO=1,43g Tzs=1,95g K. Iskola: EN=718,22kcal FH=35,97g ZS=26,11g SZH=77,13g CK=2,72g SO=1,90g Tzs=2,15g			Övoda: EN=204,60kcal FH=6,82g ZS=3,60g SZH=22,58g CK=0,33g SO=1,02g Tzs=1,41g Iskola: EN=218,20kcal FH=7,48g ZS=3,67g SZH=25,17g CK=0,36g SO=1,09g Tzs=1,43g K. Iskola: EN=319,60kcal FH=10,17g ZS=4,80g SZH=27,11g CK=0,42g SO=1,48g Tzs=2,66g		
PÉNTEK 2025.05.23.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek;			Burgonyaleves (tejmentes); Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Zöldbabfőzelék (tejfölös, cukormentes) (2)*; Mandarin;			Dzssem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		
	Övoda: EN=224,50kcal FH=10,45g ZS=6,98g SZH=29,86g CK=9,47g SO=0,83g Tzs=2,68g Iskola: EN=250,50kcal FH=12,65g ZS=7,80g SZH=34,65g CK=9,47g SO=0,95g Tzs=3,15g K. Iskola: EN=283,90kcal FH=14,31g ZS=8,56g SZH=37,07g CK=14,10g SO=1,00g Tzs=3,60g			Övoda: EN=399,08kcal FH=18,50g ZS=14,64g SZH=44,37g CK=4,47g SO=0,13g Tzs=1,19g Iskola: EN=539,13kcal FH=25,56g ZS=19,00g SZH=60,93g CK=5,95g SO=0,38g Tzs=1,53g K. Iskola: EN=657,87kcal FH=31,66g ZS=23,25g SZH=73,71g CK=6,80g SO=0,53g Tzs=1,84g			Övoda: EN=244,30kcal FH=3,92g ZS=3,95g SZH=47,30g CK=0,27g SO=0,63g Tzs=0,88g Iskola: EN=255,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=49,55g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g K. Iskola: EN=367,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=49,55g CK=0,30g SO=0,70g Tzs=0,90g		

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTOR ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kertvárosi 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=Szenhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO;
Tzs=Telített zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Áktékák; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Pinateszték
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (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) Rendszer 3.0

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
	Tea (diabetikus) (15)*; Zöldfűszerez		Rizsleves; Sült virsli sertés 'diéta'; Szárazbabfőzelék tej-,liszt-, cukormentes;		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2025.05.26.	Óvoda: EN=201,72kcal FH=6,52g ZS=9,57g SZH=22,13g CK=0,38g SO=1,02g TZS=1,41g Iskola: EN=213,28kcal FH=6,96g ZS=6,62g SZH=24,41g CK=0,43g SO=1,09g TZS=1,43g Kiskola: EN=313,48kcal FH=5,79g ZS=18,74g SZH=26,18g CK=0,49g SO=1,48g TZS=2,66g		Óvoda: EN=404,97kcal FH=19,30g ZS=17,07g SZH=42,14g CK=1,54g SO=1,54g TZS=5,41g Iskola: EN=512,61kcal FH=23,42g ZS=20,12g SZH=57,59g CK=2,09g SO=1,70g TZS=5,72g Kiskola: EN=729,42kcal FH=32,70g ZS=35,66g SZH=67,22g CK=2,70g SO=3,05g TZS=11,01g		Óvoda: EN=228,30kcal FH=9,07g ZS=9,29g SZH=26,89g CK=0,57g SO=0,79g TZS=4,33g Iskola: EN=243,50kcal FH=7,50g ZS=9,40g SZH=29,73g CK=6,00g SO=0,85g TZS=4,35g Kiskola: EN=245,50kcal FH=9,87g ZS=9,43g SZH=30,05g CK=6,00g SO=0,85g TZS=4,35g	
KEDD 2025.05.27.	Tej (2)*; Házi pulkahanúskré; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek inycenc (5)*; Párolt rizs;		Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
	Óvoda: EN=261,78kcal FH=14,71g ZS=9,16g SZH=30,14g CK=9,52g SO=0,92g TZS=2,78g Iskola: EN=331,38kcal FH=19,01g ZS=12,74g SZH=35,07g CK=11,85g SO=1,04g TZS=3,45g Kiskola: EN=380,37kcal FH=22,37g ZS=15,56g SZH=37,58g CK=14,16g SO=1,11g TZS=4,12g		Óvoda: EN=384,87kcal FH=22,28g ZS=20,22g SZH=26,89g CK=1,48g SO=0,18g TZS=1,27g Iskola: EN=480,25kcal FH=27,62g ZS=25,01g SZH=34,28g CK=2,07g SO=0,46g TZS=1,59g Kiskola: EN=576,67kcal FH=31,43g ZS=30,16g SZH=42,58g CK=2,60g SO=0,61g TZS=1,89g		Óvoda: EN=244,30kcal FH=9,92g ZS=3,95g SZH=47,30g CK=0,27g SO=0,63g TZS=0,88g Iskola: EN=255,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=49,55g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g Kiskola: EN=367,50kcal FH=4,35g ZS=4,00g SZH=76,55g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g	
SZERDA 2025.05.28.	Tea csipkebogó (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Jégcsapretek;		Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék cukormentes (2, 15)*;		Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
CSÜTÖRTÖK 2025.05.29.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; Sült hal kukoricadarával (9)*; Tört burgonya; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Petrezselymes túrókrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;	
	Óvoda: EN=226,30kcal FH=10,47g ZS=7,04g SZH=30,39g CK=9,47g SO=0,83g TZS=2,66g Iskola: EN=263,50kcal FH=12,70g ZS=7,90g SZH=35,55g CK=11,80g SO=1,09g TZS=3,15g Kiskola: EN=287,50kcal FH=14,37g ZS=8,68g SZH=38,15g CK=14,10g SO=1,00g TZS=3,60g		Óvoda: EN=386,98kcal FH=16,24g ZS=11,24g SZH=53,52g CK=5,31g SO=1,33g TZS=1,00g Iskola: EN=517,22kcal FH=20,43g ZS=15,87g SZH=67,25g CK=7,09g SO=1,70g TZS=1,46g Kiskola: EN=609,33kcal FH=24,51g ZS=17,74g SZH=80,80g CK=8,88g SO=2,07g TZS=1,61g		Óvoda: EN=128,98kcal FH=6,49g ZS=1,83g SZH=21,46g CK=0,27g SO=0,64g TZS=0,18g Iskola: EN=168,39kcal FH=8,87g ZS=3,60g SZH=24,75g CK=0,30g SO=0,71g TZS=0,20g Kiskola: EN=182,52kcal FH=9,84g ZS=4,46g SZH=25,27g CK=0,30g SO=0,72g TZS=0,20g	
PÉNTEK 2025.05.30.	Tea (diabetikus) (15)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni 'Cukormentes'; Sajtszórat (2)*; Alma;		Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	
	Óvoda: EN=171,62kcal FH=6,51g ZS=6,95g SZH=20,66g CK=0,36g SO=1,06g TZS=1,96g Iskola: EN=221,78kcal FH=9,55g ZS=10,00g SZH=23,24g CK=0,45g SO=1,36g TZS=3,06g Kiskola: EN=241,08kcal FH=10,85g ZS=11,50g SZH=23,38g CK=0,47g SO=1,52g TZS=3,60g		Óvoda: EN=589,91kcal FH=22,37g ZS=23,27g SZH=69,86g CK=5,96g SO=0,48g TZS=2,73g Iskola: EN=785,88kcal FH=25,57g ZS=31,61g SZH=91,97g CK=7,48g SO=0,72g TZS=3,70g Kiskola: EN=921,91kcal FH=34,47g ZS=35,05g SZH=112,55g CK=9,64g SO=0,75g TZS=3,78g		Óvoda: EN=262,30kcal FH=11,07g ZS=9,64g SZH=31,79g CK=0,27g SO=0,63g TZS=0,88g Iskola: EN=277,50kcal FH=11,79g ZS=9,75g SZH=34,65g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g Kiskola: EN=279,50kcal FH=11,87g ZS=9,78g SZH=34,89g CK=0,30g SO=0,70g TZS=0,90g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
1300A1 Diabetesz

Tápanyagtartalom: EN=Számlított 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=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Élesztőszó; 16=Pulautó;

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegei ÖVI (www.ov.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST
Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
SULI-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.05.01.-től 2025.05.31.-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
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
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
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', Őrölt 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 Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
Bazsalikom csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,81g	6,93g	0,94g	0,21g	0,03g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,06g	0,20g
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 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	226,32kcal	5,30g	2,50g	41,99g	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
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
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
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.05.01.-től 2025.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Finomfőzelék cukormentes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Polysweet, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	170,00kcal	7,31g	3,62g	25,09g	8,04g	0,34g	0,63g
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
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 pulykahúsoskrém 'glutén, tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Pulykasonka	40,60kcal	4,85g	2,40g	0,05g	0,05g	0,08g	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 tojásment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,69kcal	8,88g	13,81g	1,64g	0,13g	0,03g	0,20g
Húsos tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma	420,14kcal	12,97g	19,23g	46,94g	0,25g	0,45g	0,40g
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
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
Káposzta-sárgarépa saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Sárgarépa, Só 'jódozott'	21,62kcal	0,90g	0,13g	4,02g	1,00g	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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.05.01.-től 2025.05.31.-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
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
Kockasajt Összetétel: Kockasajt natúr	46,50kcal	1,60g	3,50g	2,13g	0,00g	0,62g	2,25g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pitamin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Örlött 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, Örlött fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,83kcal	17,01g	10,13g	0,68g	0,13g	0,30g	0,30g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Örlött 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, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,42g	0,00g	5,88g	0,00g	0,00g	0,00g
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
Milánói makaróni 'Cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	433,54kcal	14,84g	18,51g	50,00g	2,98g	0,18g	0,33g
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Örlött fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,01g	0,70g
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
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,15g	0,20g
Őszibarack leves (cukormentes, tejmentes) Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	63,68kcal	1,15g	0,39g	14,20g	9,90g	0,04g	0,00g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.05.01.-től 2025.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paradicsom mártás 'Cukormentes'	83,25kcal	3,03g	2,28g	12,54g	5,04g	0,10g	0,26g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma							
Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom							
Párizsi csirkemell	279,98kcal	16,44g	19,97g	7,47g	0,04g	0,33g	2,27g
Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás							
Párolt rizs	43,65kcal	0,26g	3,25g	3,29g	0,04g	0,06g	0,35g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Párolt rizs	88,48kcal	0,40g	7,41g	4,98g	0,09g	0,09g	0,80g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Párolt sertés szelet	173,44kcal	16,84g	11,08g	0,69g	0,17g	0,06g	0,50g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Párolt zöldségek ingyenc	73,66kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,06g	0,00g
Összetétel: Fagy. ingyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'							
Petrezselymes burgonya	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,15g	0,80g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'							
Petrezselymes rizs	124,26kcal	0,48g	11,09g	5,55g	0,34g	0,15g	1,20g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Petrezselymes túrókrém	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'							
Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Poharas tej							
Pulykaragu	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,15g	0,21g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pirítasin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rizi-bizi	96,37kcal	2,56g	5,71g	8,18g	2,09g	0,31g	0,63g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rizseshús 'sertés'	160,63kcal	12,86g	10,41g	3,20g	0,25g	0,45g	0,60g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rizsleves	37,04kcal	1,09g	1,12g	5,55g	1,39g	0,06g	0,13g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Rostonhal zöldfűszeres	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	0,90g	1,00g
Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'							
Sajtos-tejfölös tészta	347,66kcal	9,58g	13,03g	47,13g	0,00g	0,44g	4,15g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Széles metélt tészta, Tejföl '12%', Trappista sajt							
Sajtszórat	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
Összetétel: Trappista sajt							

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.05.01.-től 2025.05.31.-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
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 hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	0,85g	0,40g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szárazbabfőzelék tej-,liszt-, cukormentes Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	223,93kcal	11,60g	3,35g	35,56g	0,08g	0,15g	0,30g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Szilvaleves (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, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	71,50kcal	1,22g	2,20g	11,43g	1,02g	0,18g	0,22g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
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 (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
Tejbérisz (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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.05.01.-től 2025.05.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű 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
Tökfőzelék (cukormentes, tejfölös) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Folyékony édesítőszer, Kapor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	142,62kcal	2,82g	6,05g	18,28g	5,38g	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: 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 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 (diabetikus) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	217,40kcal	11,18g	16,28g	4,83g	0,34g	0,15g	0,21g
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 Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	90,30kcal	3,18g	1,45g	15,19g	2,41g	0,19g	0,16g
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, Őrölt 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
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 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

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.05.01.-től 2025.05.31.-ig

[illegible]