

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna			
HÉTFŐ 2025.03.03.	Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			
Ovoda: EN=158,58kcal	Iskola: EN=195,72kcal	Kisiskola: EN=256,04kcal	Ovoda: EN=453,39kcal	Iskola: EN=629,65kcal	Kisiskola: EN=774,57kcal	Ovoda: EN=179,60kcal	Iskola: EN=204,70kcal	Kisiskola: EN=324,10kcal
FH=3,32g ZS=3,91g	FH=4,30g ZS=4,05g	FH=5,90g ZS=4,24g	FH=15,80g ZS=8,18g	FH=22,07g ZS=13,77g	FH=29,08g ZS=16,17g	FH=6,35g ZS=6,89g	FH=7,09g ZS=6,97g	FH=11,96g ZS=13,70g
SZH=26,74g CK=5,11g	SZH=34,56g CK=7,15g	SZH=47,27g CK=9,20g	SZH=77,14g CK=12,50g	SZH=101,73g CK=16,24g	SZH=124,82g CK=20,61g	SZH=22,27g CK=0,08g	SZH=27,47g CK=0,10g	SZH=39,34g CK=0,14g
SÓ=0,56g TZS=0,66g	SÓ=0,70g TZS=0,90g	SÓ=0,98g TZS=1,09g	SÓ=0,89g TZS=0,59g	SÓ=1,37g TZS=1,05g	SÓ=1,72g TZS=1,18g	SÓ=0,95g TZS=1,81g	SÓ=1,09g TZS=1,85g	SÓ=1,76g TZS=3,58g
KEDD 2025.03.04.	Rizsital; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;		Csontleves; Rakott zöldbab tejmentes; Körte;		Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;			
Ovoda: EN=37,30kcal	Iskola: EN=403,00kcal	Kisiskola: EN=495,50kcal	Ovoda: EN=445,98kcal	Iskola: EN=595,58kcal	Kisiskola: EN=755,89kcal	Ovoda: EN=167,50kcal	Iskola: EN=227,00kcal	Kisiskola: EN=294,40kcal
FH=5,85g ZS=7,59g	FH=6,35g ZS=8,05g	FH=8,59g ZS=8,55g	FH=15,89g ZS=21,95g	FH=21,31g ZS=30,02g	FH=28,67g ZS=38,51g	FH=7,86g ZS=5,23g	FH=13,40g ZS=6,75g	FH=17,28g ZS=7,62g
SZH=69,45g CK=17,70g	SZH=75,45g CK=17,70g	SZH=96,45g CK=30,95g	SZH=42,65g CK=5,31g	SZH=55,38g CK=6,74g	SZH=67,29g CK=10,11g	SZH=21,31g CK=0,08g	SZH=26,89g CK=0,10g	SZH=37,42g CK=0,14g
SÓ=0,55g TZS=1,05g	SÓ=0,60g TZS=1,05g	SÓ=0,65g TZS=1,05g	SÓ=0,13g TZS=0,92g	SÓ=0,22g TZS=1,25g	SÓ=0,31g TZS=1,62g	SÓ=1,14g TZS=0,86g	SÓ=1,86g TZS=0,90g	SÓ=2,43g TZS=0,98g
SZERDA 2025.03.05.	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Karálbé leves; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			
Ovoda: EN=268,50kcal	Iskola: EN=272,50kcal	Kisiskola: EN=274,50kcal	Ovoda: EN=535,02kcal	Iskola: EN=671,32kcal	Kisiskola: EN=799,19kcal	Ovoda: EN=202,70kcal	Iskola: EN=275,00kcal	Kisiskola: EN=325,20kcal
FH=4,71g ZS=3,99g	FH=4,98g ZS=4,05g	FH=5,07g ZS=4,08g	FH=26,67g ZS=12,39g	FH=33,02g ZS=17,06g	FH=37,76g ZS=20,03g	FH=5,67g ZS=10,48g	FH=6,22g ZS=14,99g	FH=9,71g ZS=15,15g
SZH=38,40g CK=0,15g	SZH=40,00g CK=0,15g	SZH=40,30g CK=0,15g	SZH=7,33g CK=0,88g	SZH=9,63g CK=4,51g	SZH=10,05g CK=5,24g	SZH=5,02g ZS=4,17g	SZH=26,25g CK=0,16g	SZH=36,65g CK=0,19g
SÓ=0,70g TZS=0,90g	SÓ=0,70g TZS=0,90g	SÓ=0,70g TZS=0,90g	SÓ=1,10g TZS=0,69g	SÓ=1,70g TZS=1,04g	SÓ=2,14g TZS=1,32g	SÓ=1,03g TZS=3,64g	SÓ=1,49g TZS=5,53g	SÓ=1,77g TZS=5,61g
CSÜTÖRTÖK 2025.03.06.	Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Uborka;		Lebencs leves; Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;			
Ovoda: EN=238,08kcal	Iskola: EN=248,72kcal	Kisiskola: EN=258,04kcal	Ovoda: EN=418,18kcal	Iskola: EN=525,39kcal	Kisiskola: EN=640,78kcal	Ovoda: EN=145,80kcal	Iskola: EN=185,00kcal	Kisiskola: EN=242,20kcal
FH=4,30g ZS=3,93g	FH=4,50g ZS=3,95g	FH=4,60g ZS=3,96g	FH=24,71g ZS=12,00g	FH=30,67g ZS=16,08g	FH=35,18g ZS=19,39g	FH=5,50g ZS=4,17g	FH=7,82g ZS=4,59g	FH=10,33g ZS=4,92g
SZH=32,85g CK=5,13g	SZH=35,21g CK=7,15g	SZH=37,39g CK=9,16g	SZH=50,14g CK=1,18g	SZH=61,15g CK=1,33g	SZH=77,29g CK=1,57g	SZH=21,47g CK=0,08g	SZH=27,35g CK=0,10g	SZH=38,09g CK=0,14g
SÓ=0,65g TZS=0,90g	SÓ=0,65g TZS=0,90g	SÓ=0,65g TZS=0,90g	SÓ=1,09g TZS=0,90g	SÓ=1,56g TZS=1,30g	SÓ=2,02g TZS=1,74g	SÓ=1,06g TZS=0,99g	SÓ=1,70g TZS=1,17g	SÓ=2,23g TZS=1,31g
PÉNTEK 2025.03.07.	Rostos almale; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Mézes mustáros csirkefile 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Alma;					
Ovoda: EN=251,90kcal	Iskola: EN=309,00kcal	Kisiskola: EN=375,20kcal	Ovoda: EN=411,97kcal	Iskola: EN=518,29kcal	Kisiskola: EN=566,28kcal	Ovoda: EN=243,20kcal	Iskola: EN=243,20kcal	Kisiskola: EN=343,40kcal
FH=7,56g ZS=5,22g	FH=12,90g ZS=6,70g	FH=16,68g ZS=7,58g	FH=19,81g ZS=23,69g	FH=24,89g ZS=29,51g	FH=27,73g ZS=33,42g	FH=6,96g ZS=9,52g	FH=6,96g ZS=9,52g	FH=9,57g ZS=18,64g
SZH=29,80g CK=0,08g	SZH=35,00g CK=0,10g	SZH=45,40g CK=0,14g	SZH=28,57g CK=2,25g	SZH=36,58g CK=8,70g	SZH=41,79g CK=10,15g	SZH=31,27g CK=0,21g	SZH=31,27g CK=0,21g	SZH=33,04g CK=0,27g
SÓ=1,14g TZS=0,88g	SÓ=1,88g TZS=0,90g	SÓ=2,43g TZS=0,98g	SÓ=0,38g TZS=2,09g	SÓ=0,54g TZS=2,59g	SÓ=0,69g TZS=2,95g	SÓ=1,09g TZS=1,43g	SÓ=1,09g TZS=1,43g	SÓ=1,48g TZS=2,69g



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

SULL-HOST VENDÉGLÁRÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

Étlap név:
0200A1 Tej-, Tejerőmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só;
TZS=Telített zsír;
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikussádjai kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkezletési Rendszer 3.0

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Héj; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kán-dioxid; 14=Csilagfürt; 15=Élesztőszer; 16=Puhatestűk

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea citromos; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		Meggyleves 'Liszt-, tejmentes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
HÉTFŐ 2025.03.10.		KEDD 2025.03.11.		SZERDA 2025.03.12.	
Ovoda: EN=274,92kcal FH=6,00g ZS=7,30g SZH=32,76g CK=5,27g SO=1,05g TZS=2,10g		Ovoda: EN=526,59kcal FH=21,62g ZS=19,48g SZH=64,39g CK=2,06g SO=0,37g TZS=1,22g		Ovoda: EN=518,93kcal FH=28,43g ZS=14,27g SZH=60,72g CK=15,99g SO=0,96g TZS=1,12g	
Iskola: EN=323,48kcal FH=9,00g ZS=10,70g SZH=36,19g CK=7,41g SO=1,45g TZS=3,30g		Iskola: EN=688,31kcal FH=15,28g ZS=25,40g SZH=84,69g CK=3,59g SO=0,78g TZS=1,64g		Iskola: EN=551,88kcal FH=34,62g ZS=18,31g SZH=76,78g CK=21,90g SO=1,41g TZS=1,49g	
Kiskola: EN=351,58kcal FH=9,00g ZS=12,40g SZH=37,39g CK=9,47g SO=1,65g TZS=3,90g		Kiskola: EN=824,55kcal FH=31,21g ZS=30,40g SZH=103,41g CK=4,28g SO=0,86g TZS=2,05g		Kiskola: EN=819,27kcal FH=41,51g ZS=22,99g SZH=99,38g CK=29,90g SO=1,71g TZS=1,95g	
Rostos almale; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Kertész leves (diéta); Vadasszertészelet 'tejmentes' (5, 11)*; Spagetti;		Zöldsegleves 'lisztmentes'; Sült csirkerecomb; Zöldborsófőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
PÉNTEK 2025.03.14.		SZERDA 2025.03.12.		SZERDA 2025.03.12.	
Ovoda: EN=249,58kcal FH=9,21g ZS=2,89g SZH=33,29g CK=5,18g SO=0,73g TZS=0,80g		Ovoda: EN=208,60kcal FH=4,79g ZS=3,90g SZH=22,20g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g		Ovoda: EN=185,60kcal FH=6,71g ZS=6,98g SZH=23,17g CK=0,08g SO=0,98g TZS=1,81g	
Iskola: EN=273,12kcal FH=11,89g ZS=3,15g SZH=35,91g CK=7,20g SO=0,73g TZS=0,80g		Iskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g		Iskola: EN=214,70kcal FH=7,69g ZS=7,12g SZH=28,97g CK=0,10g SO=1,09g TZS=1,85g	
Kiskola: EN=295,88kcal FH=13,90g ZS=4,74g SZH=38,23g CK=9,22g SO=0,75g TZS=0,92g		Kiskola: EN=332,20kcal FH=5,18g ZS=4,08g SZH=66,40g CK=26,64g SO=0,98g TZS=0,98g		Kiskola: EN=346,10kcal FH=12,69g ZS=13,86g SZH=41,14g CK=0,14g SO=1,76g TZS=3,58g	
Tea csipkebogyó; Házi pulykahúsoskrém 'glutén, tejmentes' (2, 4)*; Kifli (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Paradicsom leves (5)*; Brassói aprópecsenye; Forgotott burgonya; Körte;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Körte;	
CSÜTÖRTÖK 2025.03.13.		SZERDA 2025.03.12.		SZERDA 2025.03.12.	
Ovoda: EN=166,38kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=26,51g CK=5,11g SO=1,08g TZS=0,99g		Ovoda: EN=231,70kcal FH=4,79g ZS=3,90g SZH=22,70g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g		Ovoda: EN=231,70kcal FH=4,79g ZS=3,90g SZH=22,70g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g	
Iskola: EN=213,72kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=34,41g CK=7,15g SO=1,70g TZS=1,17g		Iskola: EN=252,50kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=47,50g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g		Iskola: EN=252,50kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=47,50g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g	
Kiskola: EN=279,04kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,18g CK=9,20g SO=2,23g TZS=1,31g		Kiskola: EN=332,20kcal FH=5,18g ZS=4,08g SZH=66,40g CK=26,64g SO=0,98g TZS=0,98g		Kiskola: EN=332,20kcal FH=5,18g ZS=4,08g SZH=66,40g CK=26,64g SO=0,98g TZS=0,98g	
Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Étlap váltóztatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk		SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kegyértégyári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016		SULL-HOST 02000A1 Tej-, Tejtermékmentes	
Tapanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SÓ; TZS=Telített zsír;		Diétás ételek 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. Szövegi tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)		Sull-Host Étkezletési Rendszer 3.0	



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

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diótélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákéték; 11=Wustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogóanyag; 15=Edesítőszer; 16=Pináteszték

HÉTFŐ 2025.03.17.		KEDD 2025.03.18.		SZERDA 2025.03.19.		CSÜTÖRTÖK 2025.03.20.		PÉNTEK 2025.03.21.	
Tea citromos; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;		Rostos almafé; Házi zöldséges sonkákraém 'tej-gluténmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tea citromos; Főtt virsli 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Rizstali; Mini méz; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Gulyás leves sertéshússal; Mákos metélt (6, 8, 12, 13)*; Alma;		Karatlábé leves; Húsgombóc sült tojásmént.; Paradicsom mártás (5)*; Főtt burgonya;		Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Rostonhal zöldfűszeres (9)*; Riz-bizi;		Almaleves 'tejmentes'; Bazsalikomos csirkeraagu; Köles párolt zöldséggel (5)*;		Zöldbab leves; Bugaci sertésragu; Petrezselymes burgonya; Alma;	
Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Csirke pizza szelet Hyza; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;		Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;		Taurus zöldséges felvágott (allergénmentes); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	
Ovoda: EN=211,28kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=35,51g CK=9,50g SO=0,35g TZS=1,05g		Ovoda: EN=224,06kcal FH=5,37g ZS=4,70g SZH=31,04g CK=0,13g SO=1,14g TZS=0,89g		Ovoda: EN=166,38kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=26,51g CK=5,11g SO=1,06g TZS=0,99g		Ovoda: EN=296,62kcal FH=9,56g ZS=16,42g SZH=28,89g CK=5,19g SO=1,88g TZS=5,84g		Ovoda: EN=311,90kcal FH=4,96g ZS=5,82g SZH=61,29g CK=16,50g SO=0,76g TZS=0,86g	
Iskola: EN=219,58kcal FH=3,86g ZS=5,55g SZH=37,54g CK=1,52g SO=0,35g TZS=1,05g		Iskola: EN=258,62kcal FH=7,36g ZS=2,97g SZH=36,91g CK=0,13g SO=1,33g TZS=1,00g		Iskola: EN=213,72kcal FH=7,82g ZS=4,99g SZH=34,41g CK=7,15g SO=1,70g TZS=1,17g		Iskola: EN=330,08kcal FH=10,30g ZS=16,50g SZH=34,11g CK=7,23g SO=2,02g TZS=5,88g		Iskola: EN=367,00kcal FH=6,20g ZS=6,40g SZH=72,48g CK=16,52g SO=0,95g TZS=0,90g	
K. Iskola: EN=227,58kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=39,54g CK=13,52g SO=0,35g TZS=1,05g		K. Iskola: EN=317,02kcal FH=9,96g ZS=3,31g SZH=47,82g CK=0,19g SO=2,06g TZS=1,15g		K. Iskola: EN=279,04kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,16g CK=9,20g SO=2,23g TZS=1,31g		K. Iskola: EN=388,28kcal FH=11,78g ZS=16,66g SZH=46,51g CK=9,27g SO=2,30g TZS=5,96g		K. Iskola: EN=447,20kcal FH=8,18g ZS=7,06g SZH=88,89g CK=16,56g SO=1,28g TZS=0,98g	
Ovoda: EN=645,53kcal FH=15,32g ZS=22,86g SZH=91,34g CK=19,09g SO=0,36g TZS=2,10g		Ovoda: EN=462,09kcal FH=16,26g ZS=17,66g SZH=55,93g CK=18,71g SO=0,40g TZS=0,59g		Ovoda: EN=302,06kcal FH=13,82g ZS=16,94g SZH=22,88g CK=3,77g SO=1,31g TZS=1,79g		Ovoda: EN=507,44kcal FH=24,49g ZS=16,92g SZH=61,71g CK=20,34g SO=0,09g TZS=0,91g		Ovoda: EN=524,30kcal FH=21,84g ZS=17,65g SZH=63,44g CK=2,92g SO=0,59g TZS=1,78g	
Iskola: EN=836,44kcal FH=21,75g ZS=27,46g SZH=121,07g CK=19,40g SO=0,63g TZS=2,41g		Iskola: EN=608,42kcal FH=21,40g ZS=24,99g SZH=69,92g CK=25,66g SO=0,88g TZS=0,86g		Iskola: EN=395,82kcal FH=17,83g ZS=21,88g SZH=40,86g CK=5,11g SO=1,79g TZS=2,31g		Iskola: EN=686,19kcal FH=31,89g ZS=22,00g SZH=86,78g CK=27,70g SO=0,48g TZS=1,16g		Iskola: EN=712,39kcal FH=28,11g ZS=28,19g SZH=78,92g CK=3,33g SO=1,00g TZS=2,85g	
K. Iskola: EN=974,69kcal FH=25,39g ZS=31,13g SZH=143,05g CK=27,21g SO=0,99g TZS=2,69g		K. Iskola: EN=711,52kcal FH=24,37g ZS=29,96g SZH=81,00g CK=29,81g SO=1,20g TZS=1,12g		K. Iskola: EN=477,59kcal FH=21,90g ZS=25,92g SZH=37,89g CK=6,63g SO=2,36g TZS=2,75g		K. Iskola: EN=808,82kcal FH=36,04g ZS=26,14g SZH=103,48g CK=33,92g SO=0,71g TZS=1,41g		K. Iskola: EN=818,26kcal FH=32,12g ZS=31,92g SZH=91,67g CK=3,81g SO=1,09g TZS=3,26g	
Ovoda: EN=185,60kcal FH=6,71g ZS=6,99g SZH=23,17g CK=0,08g SO=0,95g TZS=1,81g		Ovoda: EN=192,50kcal FH=6,75g ZS=4,48g SZH=30,36g CK=0,15g SO=1,09g TZS=1,05g		Ovoda: EN=248,10kcal FH=4,44g ZS=3,90g SZH=35,00g CK=0,10g SO=0,65g TZS=0,90g		Ovoda: EN=169,90kcal FH=5,17g ZS=6,62g SZH=21,74g CK=0,13g SO=1,09g TZS=1,90g		Ovoda: EN=243,80kcal FH=7,02g ZS=9,55g SZH=31,39g CK=0,21g SO=1,09g TZS=1,43g	
Iskola: EN=214,70kcal FH=7,69g ZS=7,12g SZH=28,97g CK=0,10g SO=1,09g TZS=1,85g		Iskola: EN=210,50kcal FH=9,15g ZS=5,06g SZH=31,22g CK=0,15g SO=1,30g TZS=1,22g		Iskola: EN=260,50kcal FH=4,60g ZS=3,90g SZH=37,80g CK=0,10g SO=0,65g TZS=0,90g		Iskola: EN=231,80kcal FH=8,02g ZS=9,50g SZH=27,71g CK=0,19g SO=1,58g TZS=2,98g		Iskola: EN=243,80kcal FH=7,02g ZS=9,55g SZH=31,39g CK=0,21g SO=1,09g TZS=1,43g	
K. Iskola: EN=346,10kcal FH=12,68g ZS=13,88g SZH=41,14g CK=0,14g SO=1,76g TZS=3,58g		K. Iskola: EN=219,50kcal FH=10,35g ZS=5,35g SZH=31,65g CK=0,15g SO=1,45g TZS=1,30g		K. Iskola: EN=280,50kcal FH=4,60g ZS=3,90g SZH=37,80g CK=0,10g SO=0,65g TZS=0,90g		K. Iskola: EN=300,40kcal FH=10,56g ZS=11,05g SZH=38,50g CK=0,25g SO=2,08g TZS=3,58g		K. Iskola: EN=344,60kcal FH=9,69g ZS=16,70g SZH=33,29g CK=0,27g SO=1,48g TZS=2,68g	



Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk

SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

Étlap név:

0200A1 Tej-, Tejertermékmentes

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

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

Sull-Host
Étkeztetési Rendszer 3.0

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tofu; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rakétélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilaggyök; 15=Édesfűszer; 16=Fűhateszték

HÉTFŐ 2025.03.24.		KEDD 2025.03.25.		SZERDA 2025.03.26.		CSÜTÖRTÖK 2025.03.27.		PÉNTEK 2025.03.28.							
Tízórai		Ebéd A		Uzsonna		Rostos almale; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Őszibarack leves 'Liszt-, tejmentes'; Zöldborsós sertésragu; Petrezselymes rizs;		Bebó margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;					
Ovoda: EN=267,60kcal FH=6,35g ZS=6,88g SZH=31,27g CK=0,08g SO=0,95g Tzs=1,81g Iskola: EN=292,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=36,47g CK=0,10g SO=1,09g Tzs=1,88g Kiskola: EN=422,10kcal FH=11,99g ZS=13,70g SZH=48,34g CK=0,14g SO=1,76g Tzs=3,58g		Ovoda: EN=535,36kcal FH=15,50g ZS=19,20g SZH=33,62g CK=1,41g SO=0,34g Tzs=1,52g Iskola: EN=688,06kcal FH=20,69g ZS=25,55g SZH=42,86g CK=2,688g SO=0,54g Tzs=2,03g Kiskola: EN=583,88kcal FH=23,79g ZS=31,10g SZH=51,05g CK=3,138g SO=0,62g Tzs=2,54g		Ovoda: EN=590,52kcal FH=23,40g ZS=22,53g SZH=47,19g CK=1,15g SO=0,33g Tzs=1,87g Iskola: EN=787,34kcal FH=29,52g ZS=29,62g SZH=61,74g CK=1,899g SO=0,70g Tzs=2,48g Kiskola: EN=995,43kcal FH=33,41g ZS=35,28g SZH=87,63g CK=2,127g SO=1,19g Tzs=2,98g		Ovoda: EN=476,14kcal FH=21,82g ZS=15,49g SZH=47,05g CK=1,50g SO=0,84g Tzs=1,23g Iskola: EN=646,53kcal FH=30,44g ZS=22,51g SZH=63,65g CK=2,15g SO=1,43g Tzs=1,95g Kiskola: EN=764,72kcal FH=36,57g ZS=26,11g SZH=87,63g CK=2,127g SO=1,90g Tzs=2,15g		Ovoda: EN=191,90kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=37,28g CK=0,16g SO=0,56g Tzs=0,86g Iskola: EN=217,00kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=42,48g CK=0,16g SO=0,70g Tzs=0,90g Kiskola: EN=267,20kcal FH=5,18g ZS=4,06g SZH=52,88g CK=0,16g SO=0,98g Tzs=0,98g		Ovoda: EN=154,10kcal FH=5,69g ZS=4,43g SZH=22,02g CK=0,10g SO=0,86g Tzs=1,02g Iskola: EN=200,00kcal FH=9,05g ZS=5,11g SZH=28,32g CK=0,10g SO=1,30g Tzs=1,22g Kiskola: EN=260,60kcal FH=11,84g ZS=5,57g SZH=38,27g CK=0,14g SO=1,73g Tzs=1,38g		Ovoda: EN=204,20kcal FH=5,87g ZS=9,47g SZH=23,08g CK=0,14g SO=0,95g Tzs=1,39g Iskola: EN=231,70kcal FH=6,81g ZS=9,57g SZH=28,62g CK=0,15g SO=1,09g Tzs=1,43g Kiskola: EN=383,30kcal FH=11,00g ZS=18,98g SZH=40,96g CK=0,28g SO=1,76g Tzs=2,74g		Ovoda: EN=194,40kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=35,80g CK=0,133g SO=0,56g Tzs=0,86g Iskola: EN=219,50kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=41,00g CK=0,133g SO=0,70g Tzs=0,90g Kiskola: EN=332,20kcal FH=5,18g ZS=4,06g SZH=56,40g CK=0,2664g SO=0,98g Tzs=0,98g	
Tea citromos; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Zöldszőlves 'tej-, cukormentes'; Burgonyafőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tavaszi szőlves 'lisztmentes'; Csirkepörkölt; Szarvascska tészta gluténment; Káposzta salátája;		Csontrétes; Hentes sertésragu 'lisztmentes' (11)*; Tört burgonya; Alma;		Tea citromos; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;					
Ovoda: EN=310,50kcal FH=5,88g ZS=7,55g SZH=54,45g CK=4,45g SO=0,55g Tzs=1,05g Iskola: EN=340,50kcal FH=6,35g ZS=8,05g SZH=60,45g CK=4,45g SO=0,60g Tzs=1,05g Kiskola: EN=370,50kcal FH=6,88g ZS=8,55g SZH=66,45g CK=4,45g SO=0,65g Tzs=1,05g		Ovoda: EN=535,36kcal FH=15,50g ZS=19,20g SZH=33,62g CK=1,41g SO=0,34g Tzs=1,52g Iskola: EN=688,06kcal FH=20,69g ZS=25,55g SZH=42,86g CK=2,688g SO=0,54g Tzs=2,03g Kiskola: EN=583,88kcal FH=23,79g ZS=31,10g SZH=51,05g CK=3,138g SO=0,62g Tzs=2,54g		Ovoda: EN=590,52kcal FH=23,40g ZS=22,53g SZH=47,19g CK=1,15g SO=0,33g Tzs=1,87g Iskola: EN=787,34kcal FH=29,52g ZS=29,62g SZH=61,74g CK=1,899g SO=0,70g Tzs=2,48g Kiskola: EN=995,43kcal FH=33,41g ZS=35,28g SZH=87,63g CK=2,127g SO=1,19g Tzs=2,98g		Ovoda: EN=476,14kcal FH=21,82g ZS=15,49g SZH=47,05g CK=1,50g SO=0,84g Tzs=1,23g Iskola: EN=646,53kcal FH=30,44g ZS=22,51g SZH=63,65g CK=2,15g SO=1,43g Tzs=1,95g Kiskola: EN=764,72kcal FH=36,57g ZS=26,11g SZH=87,63g CK=2,127g SO=1,90g Tzs=2,15g		Ovoda: EN=191,90kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=37,28g CK=0,16g SO=0,56g Tzs=0,86g Iskola: EN=217,00kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=42,48g CK=0,16g SO=0,70g Tzs=0,90g Kiskola: EN=267,20kcal FH=5,18g ZS=4,06g SZH=52,88g CK=0,16g SO=0,98g Tzs=0,98g		Ovoda: EN=154,10kcal FH=5,69g ZS=4,43g SZH=22,02g CK=0,10g SO=0,86g Tzs=1,02g Iskola: EN=200,00kcal FH=9,05g ZS=5,11g SZH=28,32g CK=0,10g SO=1,30g Tzs=1,22g Kiskola: EN=260,60kcal FH=11,84g ZS=5,57g SZH=38,27g CK=0,14g SO=1,73g Tzs=1,38g		Ovoda: EN=204,20kcal FH=5,87g ZS=9,47g SZH=23,08g CK=0,14g SO=0,95g Tzs=1,39g Iskola: EN=231,70kcal FH=6,81g ZS=9,57g SZH=28,62g CK=0,15g SO=1,09g Tzs=1,43g Kiskola: EN=383,30kcal FH=11,00g ZS=18,98g SZH=40,96g CK=0,28g SO=1,76g Tzs=2,74g			
Ovoda: EN=298,70kcal FH=6,68g ZS=5,93g SZH=53,86g CK=0,15g SO=0,90g Tzs=1,90g Iskola: EN=331,50kcal FH=7,40g ZS=6,45g SZH=60,10g CK=0,15g SO=0,95g Tzs=1,90g Kiskola: EN=362,90kcal FH=8,01g ZS=6,96g SZH=66,22g CK=0,15g SO=1,00g Tzs=1,90g		Ovoda: EN=486,79kcal FH=21,22g ZS=14,00g SZH=66,98g CK=1,95g SO=0,64g Tzs=1,35g Iskola: EN=663,23kcal FH=28,96g ZS=18,20g SZH=89,68g CK=2,95g SO=0,79g Tzs=1,73g Kiskola: EN=831,45kcal FH=36,48g ZS=22,37g SZH=113,31g CK=3,10g SO=1,07g Tzs=2,12g		Ovoda: EN=154,10kcal FH=5,69g ZS=4,43g SZH=22,02g CK=0,10g SO=0,86g Tzs=1,02g Iskola: EN=200,00kcal FH=9,05g ZS=5,11g SZH=28,32g CK=0,10g SO=1,30g Tzs=1,22g Kiskola: EN=260,60kcal FH=11,84g ZS=5,57g SZH=38,27g CK=0,14g SO=1,73g Tzs=1,38g		Ovoda: EN=204,20kcal FH=5,87g ZS=9,47g SZH=23,08g CK=0,14g SO=0,95g Tzs=1,39g Iskola: EN=231,70kcal FH=6,81g ZS=9,57g SZH=28,62g CK=0,15g SO=1,09g Tzs=1,43g Kiskola: EN=383,30kcal FH=11,00g ZS=18,98g SZH=40,96g CK=0,28g SO=1,76g Tzs=2,74g		Ovoda: EN=194,40kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=35,80g CK=0,133g SO=0,56g Tzs=0,86g Iskola: EN=219,50kcal FH=3,70g ZS=3,90g SZH=41,00g CK=0,133g SO=0,70g Tzs=0,90g Kiskola: EN=332,20kcal FH=5,18g ZS=4,06g SZH=56,40g CK=0,2664g SO=0,98g Tzs=0,98g							

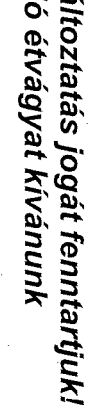


SULLI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
 6724 Szeged, Keresztényi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
 E-mail: mail@sulli-host.hu

Étlap név: 02000A1 Tej-, Tejtermékmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO;
 Tzs=Telített zsír;
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
 9=Haj; 10=Ráktétél; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfű; 15=Édesítőszőr; 16=Puhatésűk
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.oivi-szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.sulli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Sulli-Host Étkészítési Rendszer 3.0

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna			
HÉTFŐ 2025.03.31.	Tea csipkebogyó; Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Rizsleves; Chilis bab diéta; Adalékmentes kenyér Ebéd (1)*;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;			
Ovoda: EN=184,38kcal FH=7,56g ZS=5,22g SZH=25,86g CK=5,11g SÓ=1,14g TZS=0,88g	Iskola: EN=249,72kcal FH=12,90g ZS=6,70g SZH=33,06g CK=7,15g SÓ=1,86g TZS=0,90g	K: Iskola: EN=324,04kcal FH=16,68g ZS=7,56g SZH=45,47g CK=9,20g SÓ=2,43g TZS=0,98g	Ovoda: EN=450,79kcal FH=23,35g ZS=15,72g SZH=51,23g CK=2,61g SÓ=0,64g TZS=0,48g	Iskola: EN=612,77kcal FH=31,85g ZS=24,26g SZH=63,06g CK=3,47g SÓ=0,88g TZS=0,75g	K: Iskola: EN=701,99kcal FH=35,99g ZS=27,97g SZH=72,45g CK=4,18g SÓ=0,89g TZS=1,02g	Ovoda: EN=206,60kcal FH=5,93g ZS=9,53g SZH=23,47g CK=0,14g SÓ=0,98g TZS=1,39g	Iskola: EN=235,70kcal FH=6,91g ZS=9,67g SZH=29,27g CK=0,16g SÓ=1,09g TZS=1,43g	K: Iskola: EN=388,10kcal FH=11,12g ZS=18,98g SZH=41,74g CK=0,26g SÓ=1,76g TZS=2,74g
KEDD 2025.04.01.	Rizsital; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek inycs (5)*; Párolt rizs;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;			
Ovoda: EN=293,38kcal FH=9,55g ZS=6,03g SZH=45,44g CK=0,13g SÓ=0,85g TZS=0,96g	Iskola: EN=384,86kcal FH=13,11g ZS=11,39g SZH=57,02g CK=0,15g SÓ=1,94g TZS=1,20g	K: Iskola: EN=492,07kcal FH=16,90g ZS=14,12g SZH=73,63g CK=0,20g SÓ=1,39g TZS=1,50g	Ovoda: EN=384,87kcal FH=22,26g ZS=20,22g SZH=66,74g CK=1,48g SÓ=0,18g TZS=1,27g	Iskola: EN=480,25kcal FH=27,62g ZS=25,01g SZH=84,26g CK=2,07g SÓ=0,48g TZS=1,59g	K: Iskola: EN=576,67kcal FH=31,43g ZS=30,16g SZH=102,59g CK=2,60g SÓ=0,61g TZS=1,99g	Ovoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=17,70g CK=1,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Iskola: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=17,70g CK=1,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g	K: Iskola: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=17,70g CK=1,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g
SZERDA 2025.04.02.	Rostos almale; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Jégcsaprettek;		Lebbencs leves; Sült csirkemcomb; Finomfőzelék liszt-,tejmentes; Adalékmentes kenyér Ebéd (1)*;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			
Ovoda: EN=266,70kcal FH=4,68g ZS=3,93g SZH=38,86g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Iskola: EN=269,50kcal FH=4,90g ZS=3,95g SZH=39,10g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K: Iskola: EN=270,96kcal FH=5,01g ZS=3,96g SZH=39,22g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Ovoda: EN=534,44kcal FH=26,94g ZS=13,64g SZH=66,74g CK=1,61g SÓ=0,87g TZS=1,20g	Iskola: EN=667,51kcal FH=33,08g ZS=16,16g SZH=81,63g CK=1,89g SÓ=1,08g TZS=1,68g	K: Iskola: EN=796,80kcal FH=38,81g ZS=22,62g SZH=96,08g CK=2,22g SÓ=1,16g TZS=2,15g	Ovoda: EN=179,80kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g	Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,4g CK=0,10g SÓ=1,09g TZS=1,85g	K: Iskola: EN=334,10kcal FH=11,96g ZS=13,70g SZH=39,34g CK=0,14g SÓ=1,76g TZS=3,58g
CSÜTÖRTÖK 2025.04.03.	Rizsital; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;		Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal kukoricadarával (9)*; Burgonyapüré natur; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			
Ovoda: EN=368,10kcal FH=6,44g ZS=5,90g SZH=59,00g CK=0,10g SÓ=0,85g TZS=0,90g	Iskola: EN=410,50kcal FH=7,10g ZS=6,40g SZH=67,80g CK=0,10g SÓ=0,90g TZS=0,90g	K: Iskola: EN=440,50kcal FH=7,60g ZS=6,90g SZH=73,80g CK=0,10g SÓ=0,95g TZS=0,90g	Ovoda: EN=501,69kcal FH=18,87g ZS=5,63g SZH=86,58g CK=18,44g SÓ=2,35g TZS=0,56g	Iskola: EN=639,56kcal FH=23,67g ZS=8,01g SZH=99,92g CK=15,48g SÓ=3,01g TZS=0,81g	K: Iskola: EN=802,29kcal FH=29,20g ZS=9,55g SZH=141,68g CK=30,75g SÓ=3,81g TZS=0,99g	Ovoda: EN=172,10kcal FH=4,96g ZS=7,22g SZH=21,20g CK=0,20g SÓ=0,96g TZS=2,06g	Iskola: EN=237,40kcal FH=7,09g ZS=10,70g SZH=26,80g CK=0,34g SÓ=1,50g TZS=3,30g	K: Iskola: EN=307,70kcal FH=10,18g ZS=12,58g SZH=37,40g CK=0,44g SÓ=1,98g TZS=3,98g
PÉNTEK 2025.04.04.	Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldborsó leves 'tej-,cukor-,lisztmentes'; Milánói makaróni; Alma;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;			
Ovoda: EN=191,22kcal FH=5,56g ZS=6,82g SZH=26,16g CK=5,17g SÓ=0,89g TZS=1,94g	Iskola: EN=263,28kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=33,69g CK=7,25g SÓ=1,36g TZS=3,00g	K: Iskola: EN=340,78kcal FH=11,68g ZS=11,58g SZH=46,24g CK=9,31g SÓ=1,80g TZS=3,68g	Ovoda: EN=566,96kcal FH=18,47g ZS=19,82g SZH=75,81g CK=11,96g SÓ=0,24g TZS=0,48g	Iskola: EN=756,34kcal FH=24,38g ZS=27,01g SZH=99,92g CK=15,48g SÓ=0,34g TZS=0,70g	K: Iskola: EN=899,45kcal FH=29,29g ZS=30,45g SZH=122,50g CK=19,64g SÓ=0,43g TZS=0,78g	Ovoda: EN=180,50kcal FH=4,71g ZS=3,99g SZH=30,40g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Iskola: EN=184,50kcal FH=4,95g ZS=4,05g SZH=31,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K: Iskola: EN=186,50kcal FH=5,07g ZS=4,09g SZH=31,30g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g



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

Étlap név: **0200A1 Tej-, Tejtermékmentes**

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=Rákdélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesfűszer; 16=Puhatestűk

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2025.03.01.-től 2025.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Adalékmentes kenyér Ebéd Összetétel: Adalékmentes kenyér	75,30kcal	2,22g	0,24g	15,60g	0,06g	0,42g	0,12g
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 'tejmentes' Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	107,37kcal	0,79g	0,16g	24,72g	19,90g	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
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 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-tészta Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Főtt füstölt tarja, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	344,12kcal	12,17g	6,87g	57,36g	9,53g	0,83g	0,43g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,92kcal	16,93g	8,33g	1,21g	0,34g	0,06g	0,20g
Brassói aprópecsenye csirkehús Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,32kcal	16,85g	6,01g	1,29g	0,34g	0,06g	0,20g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Köménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,25kcal	13,20g	8,24g	3,72g	0,51g	0,25g	0,82g
Burgonyafőzelék '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
Chilis bab diéta Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárazbab, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	338,45kcal	20,04g	14,36g	30,08g	1,16g	0,16g	0,23g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes' Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	131,52kcal	11,07g	7,27g	4,61g	0,21g	0,01g	0,50g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2025.03.01.-től 2025.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza 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
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
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,16kcal	5,00g	4,28g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Gulyás leves sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. pritamin paprika, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,59kcal	10,38g	9,14g	15,04g	1,04g	0,06g	0,63g
Házi pulykahússokrém 'glutén, tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Pulykasonka	40,60kcal	4,85g	2,40g	0,05g	0,05g	0,08g	0,60g
Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,09g	0,60g
Házi zöldséges sonkakrém 'teji-gluténmentes' Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet, Liga margarin, Petrezselyem zöld	32,06kcal	2,11g	2,35g	0,73g	0,05g	0,58g	0,73g
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
Jégcsapretek Összetétel: Jégcsap retek	4,20kcal	0,33g	0,03g	0,36g	0,00g	0,00g	0,00g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,03g	0,01g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,00kcal	19,61g	8,70g	12,81g	0,21g	0,30g	0,21g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2025.03.01.-től 2025.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Kelkáposztafőzelék diéta (liszt-, tejmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	113,02kcal	3,07g	2,23g	19,59g	0,17g	0,01g	0,21g
Kenyér '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
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
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,65g	0,20g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pritamín paprika, Köles, Liga margarin 70%, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,07kcal	6,89g	9,83g	36,06g	0,23g	0,03g	0,60g
Köményes 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
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,44g	0,00g	13,20g	0,00g	0,00g	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
Mákos metélt Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mák, Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta	421,84kcal	4,50g	13,72g	68,60g	18,04g	0,30g	1,48g
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,42g	0,00g	5,88g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggye leves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	85,04kcal	1,16g	0,15g	19,33g	15,35g	0,03g	0,00g
Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Mustár, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vegyes virág méz, Vöröshagyma	220,77kcal	17,14g	13,68g	6,99g	5,22g	0,23g	1,00g
Mini dzsem Összetétel: Sárgabarack dzsem	62,50kcal	0,00g	0,00g	15,00g	13,25g	0,00g	0,00g
Mini méz Összetétel: Miniméz 20g	60,00kcal	0,00g	0,00g	16,48g	16,42g	0,00g	0,00g
Molnárika (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárika 50g	159,00kcal	3,85g	2,05g	30,45g	4,45g	0,35g	0,35g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2025.03.01.-től 2025.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Őszibarack leves 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	102,11kcal	1,12g	0,38g	23,87g	19,90g	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, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
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
Paradicsom mártás Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	137,61kcal	3,31g	2,32g	25,70g	15,04g	0,10g	0,26g
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs '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 inyenc Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'	73,66kcal	3,60g	1,60g	10,80g	0,00g	0,06g	0,00g
Petrezselymes burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'	254,64kcal	5,02g	7,96g	36,82g	0,00g	0,15g	0,80g
Petrezselymes rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	124,26kcal	0,48g	11,09g	5,55g	0,34g	0,15g	1,20g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,57kcal	17,33g	9,24g	3,54g	0,44g	0,15g	0,21g
Rakott zöldbab 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
Rizsital Összetétel: Rizsital	120,00kcal	2,00g	2,00g	24,00g	0,00g	0,20g	0,00g
Rizsleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	37,04kcal	1,09g	1,12g	5,55g	1,39g	0,06g	0,13g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2025.03.01.-től 2025.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rostonhal zöldfűszeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,56kcal	9,39g	9,80g	4,31g	0,00g	0,90g	1,00g
Rostos almálé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,65kcal	17,05g	10,23g	1,63g	0,51g	0,30g	0,41g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,02kcal	16,84g	7,40g	0,62g	0,13g	0,01g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,72kcal	12,73g	8,55g	1,36g	0,51g	0,30g	0,41g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,07kcal	2,80g	4,16g	53,90g	0,00g	0,15g	0,30g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,58kcal	16,00g	7,04g	0,50g	0,00g	0,01g	0,20g
Sült csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	114,47kcal	19,76g	3,56g	0,40g	0,00g	0,30g	0,30g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Szarvacskas tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacskas tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,86g	3,17g	15,21g	0,93g	0,18g	0,32g
Taurus Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Taurus zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,91g	2,77g	0,43g	0,05g	0,44g	1,04g
Tavaszi leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	96,82kcal	2,56g	4,93g	10,01g	2,46g	0,09g	0,53g
Tea citromos Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	20,72kcal	0,00g	0,00g	5,06g	5,05g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres	20,48kcal	0,00g	0,00g	5,04g	5,03g	0,00g	0,00g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tököfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Kapor, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	144,68kcal	2,58g	5,21g	21,00g	8,38g	0,07g	0,64g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2025.03.01.-től 2025.03.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Vadas sertésszelet 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	197,56kcal	17,46g	12,36g	3,12g	0,65g	0,16g	0,61g
Vagdalt pogácsa burgonyás Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,15g	0,26g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,13kcal	1,87g	1,43g	10,36g	1,68g	0,10g	0,16g
Zöldbab leves 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 'tejmentes' Összetétel: Bioacet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	127,57kcal	4,15g	4,19g	17,06g	5,28g	0,02g	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 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'	196,05kcal	7,55g	4,26g	30,31g	14,00g	0,17g	0,48g
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,57kcal	13,90g	7,72g	4,20g	1,17g	0,15g	0,32g
Zöldfűszeres harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Zöldséges rakott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	341,24kcal	18,06g	9,37g	41,67g	0,17g	0,05g	0,40g
Zöldséges rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott'	89,74kcal	1,56g	5,71g	7,83g	1,01g	0,26g	0,63g
Zöldséges rizses 'pulyka' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt 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 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	69,90kcal	1,91g	2,65g	9,11g	1,91g	0,21g	0,28g
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

