

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Rizstej; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Tárkonyos csirkerağuleves 'tejmentes'; Diós metélt (6)*; Alma;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2023.11.27.					
Óvoda: EN=320,60kcal FH=7,57g ZS=11,44g SZH=46,57g CK=0,14g SO=1,159g TZS=1,39g		Óvoda: EN=550,34kcal FH=17,29g ZS=16,17g SZH=80,25g CK=18,28g SO=0,29g TZS=0,31g		Óvoda: EN=208,70kcal FH=6,04g ZS=10,57g SZH=21,65g CK=0,11g SO=1,03g TZS=3,64g	
Iskola: EN=375,70kcal FH=8,81g ZS=12,02g SZH=57,71g CK=0,16g SO=1,34g TZS=1,43g		Iskola: EN=751,53kcal FH=21,66g ZS=25,20g SZH=106,49g CK=23,68g SO=0,43g TZS=0,82g		Iskola: EN=285,00kcal FH=8,82g ZS=15,14g SZH=27,75g CK=0,15g SO=1,49g TZS=5,53g	
Kiskola: EN=556,10kcal FH=13,40g ZS=21,80g SZH=65,94g CK=0,26g SO=2,06g TZS=2,74g		Kiskola: EN=906,49kcal FH=25,39g ZS=31,29g SZH=127,32g CK=26,78g SO=0,50g TZS=1,22g		Kiskola: EN=337,20kcal FH=10,43g ZS=15,33g SZH=38,45g CK=0,19g SO=1,77g TZS=5,61g	
KEDD 2023.11.28.		Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Csirkemájkrém 30g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	
Óvoda: EN=259,90kcal FH=5,56g ZS=7,33g SZH=42,21g CK=20,20g SO=0,96g TZS=2,09g		Óvoda: EN=517,91kcal FH=19,06g ZS=21,53g SZH=69,39g CK=12,48g SO=0,73g TZS=0,87g		Óvoda: EN=179,60kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SO=0,95g TZS=1,81g	
Iskola: EN=327,60kcal FH=6,50g ZS=10,83g SZH=46,15g CK=20,34g SO=1,50g TZS=3,33g		Iskola: EN=676,70kcal FH=24,86g ZS=28,96g SZH=75,72g CK=15,56g SO=1,14g TZS=1,18g		Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SO=1,09g TZS=1,83g	
Kiskola: EN=399,10kcal FH=11,06g ZS=12,70g SZH=58,92g CK=20,44g SO=1,98g TZS=4,01g		Kiskola: EN=828,40kcal FH=29,37g ZS=34,02g SZH=96,86g CK=18,60g SO=1,65g TZS=1,53g		Kiskola: EN=334,10kcal FH=11,96g ZS=13,70g SZH=39,34g CK=0,14g SO=1,76g TZS=3,56g	
SZERDA 2023.11.29.		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Tárkonyás csirke (combfilé); Uborkasaláta;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	
Óvoda: EN=166,38kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=26,51g CK=6,11g SO=1,08g TZS=0,99g		Óvoda: EN=468,80kcal FH=22,20g ZS=14,43g SZH=59,82g CK=6,43g SO=0,38g TZS=0,99g		Óvoda: EN=180,50kcal FH=4,71g ZS=3,99g SZH=30,40g CK=0,15g SO=0,10g 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=579,91kcal FH=28,05g ZS=17,70g SZH=73,67g CK=8,12g SO=0,55g TZS=1,20g		Iskola: EN=184,50kcal FH=4,95g ZS=4,05g SZH=31,00g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g	
Kiskola: EN=279,04kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,16g CK=9,20g SO=2,29g TZS=1,31g		Kiskola: EN=712,00kcal FH=31,94g ZS=21,07g SZH=94,59g CK=9,71g SO=0,71g TZS=1,46g		Kiskola: EN=166,50kcal FH=5,07g ZS=4,08g SZH=31,30g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g	
CSÜTÖRTÖK 2023.11.30.		Szilvaleves 'tejmentes'; Paprikás sült hal (9)*; Riz-biziz; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Alma;		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	
Óvoda: EN=171,78kcal FH=7,21g ZS=3,94g SZH=25,99g CK=5,18g SO=0,66g TZS=0,76g		Óvoda: EN=503,32kcal FH=18,45g ZS=10,45g SZH=83,07g CK=19,38g SO=1,77g TZS=1,20g		Óvoda: EN=170,50kcal FH=5,56g ZS=6,82g SZH=21,10g CK=0,12g SO=0,89g TZS=1,94g	
Iskola: EN=221,60kcal FH=10,06g ZS=4,83g SZH=33,26g CK=7,22g SO=0,79g TZS=0,80g		Iskola: EN=665,24kcal FH=24,27g ZS=13,59g SZH=75,67g CK=25,19g SO=2,23g TZS=1,55g		Iskola: EN=234,20kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=26,60g CK=0,18g SO=1,36g TZS=3,06g	
Kiskola: EN=312,40kcal FH=15,74g ZS=6,61g SZH=45,74g CK=9,26g SO=1,07g TZS=0,89g		Kiskola: EN=816,62kcal FH=30,02g ZS=15,86g SZH=164,76g CK=33,02g SO=2,83g TZS=1,86g		Kiskola: EN=303,70kcal FH=11,66g ZS=11,56g SZH=37,15g CK=0,24g SO=1,80g TZS=3,68g	
PÉNTEK 2023.12.01.		Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás csirkecomb 'tejmentes'; Burgonyapüré natur;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;	
Óvoda: EN=254,10kcal FH=8,22g ZS=6,39g SZH=42,20g CK=20,08g SO=1,14g TZS=0,89g		Óvoda: EN=479,05kcal FH=26,31g ZS=10,45g SZH=64,27g CK=6,06g SO=0,44g TZS=0,44g		Óvoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=46,48g CK=17,70g SO=0,35g TZS=1,05g	
Iskola: EN=315,20kcal FH=13,80g ZS=6,93g SZH=48,00g CK=20,10g SO=1,86g TZS=0,93g		Iskola: EN=608,84kcal FH=33,23g ZS=13,34g SZH=82,08g CK=7,70g SO=0,79g TZS=0,55g		Iskola: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=46,48g CK=17,70g SO=0,35g TZS=1,05g	
Kiskola: EN=383,40kcal FH=17,70g ZS=7,82g SZH=56,70g CK=20,14g SO=2,43g TZS=1,07g		Kiskola: EN=721,89kcal FH=37,94g ZS=15,68g SZH=96,70g CK=9,22g SO=0,82g TZS=0,66g		Kiskola: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=46,48g CK=17,70g SO=0,35g TZS=1,05g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

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

TZS=Telített zsír;

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

9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszerek; 16=Puhatestűk

Szegedi OVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szébbé tette a tájékoztatást telefonon a

SULI-HOST Kft. dietetikussalól kéthet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea citromos; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Babgulyás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejmentes'; Alma;		Mini méz; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	
HÉTFŐ 2023.12.04.					
Ovoda: EN=221,32kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=27,63g CK=5,19g SO=0,95g TZS=1,39g		Iskola: EN=254,78kcal FH=6,31g ZS=9,52g SZH=34,89g CK=7,29g SO=1,09g TZS=1,43g		Kiskola: EN=413,18kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=49,09g CK=9,33g SO=1,76g TZS=2,74g	
Rostos almale; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás 'tejmentes'; Főtt burgonya;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;	
Ovoda: EN=256,30kcal FH=5,28g ZS=7,30g SZH=41,70g CK=20,20g SO=0,96g TZS=2,09g		Iskola: EN=321,60kcal FH=8,00g ZS=10,78g SZH=47,30g CK=20,34g SO=1,50g TZS=3,33g		Kiskola: EN=391,90kcal FH=10,48g ZS=12,84g SZH=57,90g CK=20,44g SO=1,98g TZS=4,01g	
KEDD 2023.12.05.					
Rizstej; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;		Tarthonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vadas pulykaapró 'tejmentes' (5, 11)*; Szarvacska tészta gluténment; Narancs;		Csirkemájkrém 30g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	
Ovoda: EN=310,50kcal FH=5,85g ZS=7,65g 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=6,85g ZS=8,55g SZH=66,45g CK=4,45g SO=0,65g TZS=1,05g	
SZERDA 2023.12.06.					
Tea citromos; Házi pulykahúskrém; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Almaleves 'tejmentes'; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;	
Ovoda: EN=310,50kcal FH=5,85g ZS=7,65g 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=6,85g ZS=8,55g SZH=66,45g CK=4,45g SO=0,65g TZS=1,05g	
CSÜTÖRTÖK 2023.12.07.					
Ovoda: EN=196,50kcal FH=7,61g ZS=6,09g SZH=26,89g CK=5,19g SO=0,65g TZS=0,96g		Iskola: EN=267,94kcal FH=10,71g ZS=8,99g SZH=34,76g CK=7,22g SO=0,79g TZS=1,20g		Kiskola: EN=333,95kcal FH=14,02g ZS=11,24g SZH=47,50g CK=9,27g SO=1,09g TZS=1,50g	
Tea csipkebogyó; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Uborka;		Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes); Parafőzelék 'tejmentes'; Főtt burgonya; Kenyer 'Adalékmentes' (1)*;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;	
Ovoda: EN=196,50kcal FH=7,61g ZS=6,09g SZH=26,89g CK=5,19g SO=0,65g TZS=0,96g		Iskola: EN=267,94kcal FH=10,71g ZS=8,99g SZH=34,76g CK=7,22g SO=0,79g TZS=1,20g		Kiskola: EN=333,95kcal FH=14,02g ZS=11,24g SZH=47,50g CK=9,27g SO=1,09g TZS=1,50g	
PÉNTEK 2023.12.08.					
Ovoda: EN=237,18kcal FH=7,25g ZS=6,93g SZH=35,35g CK=5,22g SO=1,03g TZS=1,98g		Iskola: EN=286,42kcal FH=10,05g ZS=9,95g SZH=38,01g CK=7,28g SO=1,38g TZS=3,06g		Kiskola: EN=315,04kcal FH=11,45g ZS=11,40g SZH=40,34g CK=9,31g SO=1,52g TZS=3,60g	



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

Étlap név:
0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO.
TZS=Tejfejtett zsír;
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földmogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szézám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegedi 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. dietetikussalól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;			Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;			Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		
HÉTFŐ 2023.12.11. Övoda: EN=158,38kcal Iskola: EN=195,72kcal Övoda: EN=158,38kcal Iskola: EN=195,72kcal Övoda: EN=158,38kcal Iskola: EN=195,72kcal Övoda: EN=158,38kcal Iskola: EN=195,72kcal			Övoda: EN=453,39kcal Iskola: EN=629,65kcal Övoda: EN=453,39kcal Iskola: EN=629,65kcal Övoda: EN=453,39kcal Iskola: EN=629,65kcal			Övoda: EN=179,90kcal Iskola: EN=204,70kcal Övoda: EN=179,90kcal Iskola: EN=204,70kcal Övoda: EN=179,90kcal Iskola: EN=204,70kcal		
KEDD 2023.12.12. Övoda: EN=373,00kcal Iskola: EN=403,00kcal Övoda: EN=373,00kcal Iskola: EN=403,00kcal Övoda: EN=373,00kcal Iskola: EN=403,00kcal			Övoda: EN=471,32kcal Iskola: EN=622,21kcal Övoda: EN=471,32kcal Iskola: EN=622,21kcal Övoda: EN=471,32kcal Iskola: EN=622,21kcal			Övoda: EN=167,50kcal Iskola: EN=227,00kcal Övoda: EN=167,50kcal Iskola: EN=227,00kcal Övoda: EN=167,50kcal Iskola: EN=227,00kcal		
SZERDA 2023.12.13. Övoda: EN=264,70kcal Iskola: EN=268,70kcal Övoda: EN=264,70kcal Iskola: EN=268,70kcal Övoda: EN=264,70kcal Iskola: EN=268,70kcal			Övoda: EN=535,02kcal Iskola: EN=671,32kcal Övoda: EN=535,02kcal Iskola: EN=671,32kcal Övoda: EN=535,02kcal Iskola: EN=671,32kcal			Övoda: EN=202,70kcal Iskola: EN=275,00kcal Övoda: EN=202,70kcal Iskola: EN=275,00kcal Övoda: EN=202,70kcal Iskola: EN=275,00kcal		
CSÜTÖRTÖK 2023.12.14. Övoda: EN=337,60kcal Iskola: EN=370,10kcal Övoda: EN=337,60kcal Iskola: EN=370,10kcal Övoda: EN=337,60kcal Iskola: EN=370,10kcal			Övoda: EN=456,93kcal Iskola: EN=573,83kcal Övoda: EN=456,93kcal Iskola: EN=573,83kcal Övoda: EN=456,93kcal Iskola: EN=573,83kcal			Övoda: EN=145,90kcal Iskola: EN=185,00kcal Övoda: EN=145,90kcal Iskola: EN=185,00kcal Övoda: EN=145,90kcal Iskola: EN=185,00kcal		
PÉNTEK 2023.12.15. Övoda: EN=248,10kcal Iskola: EN=305,20kcal Övoda: EN=248,10kcal Iskola: EN=305,20kcal Övoda: EN=248,10kcal Iskola: EN=305,20kcal			Övoda: EN=528,22kcal Iskola: EN=673,29kcal Övoda: EN=528,22kcal Iskola: EN=673,29kcal Övoda: EN=528,22kcal Iskola: EN=673,29kcal			Övoda: EN=243,20kcal Iskola: EN=243,20kcal Övoda: EN=243,20kcal Iskola: EN=243,20kcal Övoda: EN=243,20kcal Iskola: EN=243,20kcal		

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:

0200A1 Tej, Tejtermékes

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=Szézám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűtű; 15=Édesfűszek; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
Szegedi ÖVI (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. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Rizstej; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		Meggyleves 'Liszt-, tejmentes'; Bácskai rizseshús sertés; Csemege uborka (11)*;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
HÉTFŐ 2023.12.18.		Övoda: EN=344,61kcal Iskola: EN=444,94kcal K.Iskola: EN=534,67kcal FH=15,43g ZS=10,00g FH=18,79g ZS=12,78g FH=21,85g ZS=15,54g SZH=6,124g CK=16,75g SZH=7,923g CK=25,66g SZH=9,490g CK=32,28g SO=1,38g TZS=0,82g SO=1,84g TZS=0,82g SO=2,16g TZS=1,03g		Övoda: EN=201,20kcal Iskola: EN=226,30kcal K.Iskola: EN=377,30kcal FH=5,63g ZS=9,47g FH=6,37g ZS=9,55g FH=10,52g ZS=18,86g SZH=22,68g CK=0,14g SZH=27,89g CK=0,16g SZH=40,18g CK=0,26g SO=0,95g TZS=1,39g SO=1,09g TZS=1,43g SO=1,76g TZS=2,74g	
Rostos almale; Főtt virsi 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Kertész leves (diéta); Vadas sertésszelet 'tejmentes' (5, 11)*; Spagetti;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;	
KEDD 2023.12.19.		Övoda: EN=526,95kcal Iskola: EN=688,31kcal K.Iskola: EN=824,55kcal FH=21,52g ZS=19,49g FH=27,64g ZS=25,40g FH=31,21g ZS=30,46g SZH=6,439g CK=2,08g SZH=8,469g CK=3,53g SZH=10,341g CK=4,28g SO=0,37g TZS=1,22g SO=0,78g TZS=1,64g SO=0,86g TZS=2,05g		Övoda: EN=208,60kcal Iskola: EN=221,00kcal K.Iskola: EN=327,30kcal FH=4,78g ZS=9,90g FH=4,95g ZS=9,90g FH=12,69g ZS=13,88g SZH=37,20g CK=0,15g SZH=40,00g CK=0,15g SZH=40,00g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g SO=0,70g TZS=0,90g SO=0,70g TZS=0,90g	
Tea csipkebogyó; Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldségleves 'lisztmentes'; Sült csirkecomb; Zöldsorófőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Csirkenájkrem 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
SZERDA 2023.12.20.		Övoda: EN=518,93kcal Iskola: EN=657,88kcal K.Iskola: EN=819,27kcal FH=28,43g ZS=14,27g FH=34,62g ZS=18,37g FH=41,51g ZS=22,98g SZH=60,72g CK=15,99g SZH=76,76g CK=21,90g SZH=99,36g CK=29,90g SO=0,96g TZS=1,12g SO=1,41g TZS=1,49g SO=1,71g TZS=1,95g		Övoda: EN=185,60kcal Iskola: EN=214,70kcal K.Iskola: EN=346,10kcal FH=6,71g ZS=9,90g FH=7,69g ZS=7,12g FH=12,69g ZS=13,88g SZH=23,17g CK=0,08g SZH=28,97g CK=0,10g SZH=41,14g CK=0,14g SO=0,95g TZS=1,31g SO=1,09g TZS=1,65g SO=1,76g TZS=3,58g	
Rizstej; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Paradicsom leves (5)*; Brassói aprópecsenye; Forgotott burgonya; Narancs;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;	
CSÜTÖRTÖK 2023.12.21.		Övoda: EN=539,42kcal Iskola: EN=708,08kcal K.Iskola: EN=829,75kcal FH=24,39g ZS=15,70g FH=30,45g ZS=22,14g FH=34,44g ZS=26,42g SZH=69,04g CK=12,82g SZH=89,00g CK=18,41g SZH=104,66g CK=22,43g SO=0,42g TZS=0,93g SO=0,84g TZS=1,44g SO=1,15g TZS=1,80g		Övoda: EN=208,60kcal Iskola: EN=221,00kcal K.Iskola: EN=327,30kcal FH=4,79g ZS=9,90g FH=4,95g ZS=9,90g FH=12,69g ZS=13,88g SZH=37,20g CK=0,15g SZH=40,00g CK=0,15g SZH=40,00g CK=0,15g SO=0,70g TZS=0,90g SO=0,70g TZS=0,90g SO=0,70g TZS=0,90g	
Tea csipkebogyó; Házi pulkahunskrem; Kifli (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Tahonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Tököfőzelék 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
PÉNTEK 2023.12.22.		Övoda: EN=566,83kcal Iskola: EN=752,66kcal K.Iskola: EN=906,95kcal FH=18,59g ZS=25,43g FH=24,44g ZS=34,78g FH=29,08g ZS=39,94g SZH=61,84g CK=9,73g SZH=80,11g CK=12,75g SZH=101,21g CK=15,83g SO=0,97g TZS=1,38g SO=1,50g TZS=1,92g SO=2,03g TZS=2,30g		Övoda: EN=194,40kcal Iskola: EN=219,50kcal K.Iskola: EN=332,20kcal FH=2,96g ZS=3,82g FH=3,70g ZS=3,90g FH=5,18g ZS=4,06g SZH=35,80g CK=13,33g SZH=41,00g CK=13,33g SZH=66,40g CK=26,84g SO=0,56g TZS=0,86g SO=0,70g TZS=0,90g SO=0,98g TZS=0,98g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk

SULI-HOST

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

Tapanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO=SO; TZS=Telített zsír;

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi 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

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

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Rizstej; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;		Gulyás leves sertéshússal; Mákos metélt (6, 8, 12, 13)*; Alma;		Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2023.12.25.		Ovoda: EN=645,53kcal Iskola: EN=836,44kcal Kisiskola: EN=974,69kcal FH=15,32g ZS=22,86g FH=21,75g ZS=27,46g FH=25,39g ZS=31,13g SZH=61,34g CK=19,09g SZH=121,07g CK=24,40g SZH=143,05g CK=27,21g SO=0,36g Tzs=2,10g SO=0,63g Tzs=2,41g SO=0,93g Tzs=2,69g		Ovoda: EN=185,60kcal Iskola: EN=214,70kcal Kisiskola: EN=346,10kcal FH=6,17g ZS=6,99g FH=7,69g ZS=7,12g FH=8,35g ZS=10,70g SZH=23,17g CK=0,08g SZH=28,97g CK=0,10g SZH=41,14g CK=0,14g SO=0,95g Tzs=1,81g SO=1,09g Tzs=1,85g SO=1,76g Tzs=3,88g	
KEDD 2023.12.26.		Ovoda: EN=491,15kcal Iskola: EN=643,30kcal Kisiskola: EN=750,27kcal FH=17,13g ZS=17,70g FH=22,44g ZS=25,03g FH=25,62g ZS=29,90g SZH=66,57g CK=18,71g SZH=82,69g CK=25,66g SZH=95,18g CK=29,81g SO=0,40g Tzs=0,59g SO=0,88g Tzs=0,86g SO=1,20g Tzs=1,12g		Ovoda: EN=214,70kcal Iskola: EN=254,90kcal Kisiskola: EN=275,00kcal FH=6,35g ZS=7,30g FH=8,35g ZS=10,70g SZH=29,90g CK=0,27g SZH=30,30g CK=0,38g SZH=30,50g CK=0,45g SO=1,10g Tzs=2,10g SO=1,50g Tzs=3,30g SO=1,70g Tzs=3,80g	
SZERDA 2023.12.27.		Ovoda: EN=379,56kcal Iskola: EN=512,08kcal Kisiskola: EN=613,22kcal FH=16,12g ZS=17,03g FH=21,28g ZS=22,01g FH=25,92g ZS=26,08g SZH=61,24g CK=3,71g SZH=73,44g CK=5,11g SZH=87,50g CK=6,63g SO=1,31g Tzs=1,79g SO=1,79g Tzs=2,31g SO=2,36g Tzs=2,75g		Ovoda: EN=248,10kcal Iskola: EN=260,50kcal Kisiskola: EN=260,50kcal FH=4,44g ZS=3,90g FH=4,60g ZS=3,90g FH=4,60g ZS=3,90g SZH=35,00g CK=0,10g SZH=37,80g CK=0,10g SZH=37,80g CK=0,10g SO=0,65g Tzs=0,90g SO=0,65g Tzs=0,90g SO=0,65g Tzs=0,90g	
CSÜTÖRTÖK 2023.12.28.		Ovoda: EN=507,44kcal Iskola: EN=686,19kcal Kisiskola: EN=808,82kcal FH=24,49g ZS=16,92g FH=31,89g ZS=22,00g FH=36,04g ZS=26,14g SZH=61,71g CK=20,34g SZH=86,78g CK=27,70g SZH=103,48g CK=33,92g SO=0,09g Tzs=0,91g SO=0,48g Tzs=1,16g SO=0,71g Tzs=1,41g		Ovoda: EN=169,80kcal Iskola: EN=231,80kcal Kisiskola: EN=300,40kcal FH=5,17g ZS=6,62g FH=8,02g ZS=9,50g FH=10,56g ZS=11,05g SZH=21,77g CK=0,13g SZH=27,71g CK=0,19g SZH=38,50g CK=0,26g SO=1,09g Tzs=1,80g SO=1,58g Tzs=2,98g SO=2,08g Tzs=3,58g	
PÉNTEK 2023.12.29.		Ovoda: EN=524,30kcal Iskola: EN=712,39kcal Kisiskola: EN=818,28kcal FH=21,84g ZS=17,65g FH=26,11g ZS=28,19g FH=32,12g ZS=31,92g SZH=63,44g CK=2,92g SZH=78,92g CK=3,33g SZH=91,67g CK=3,81g SO=0,59g Tzs=1,78g SO=1,00g Tzs=2,85g SO=1,09g Tzs=3,26g		Ovoda: EN=243,80kcal Iskola: EN=243,80kcal Kisiskola: EN=344,60kcal FH=7,02g ZS=9,55g FH=7,02g ZS=9,55g FH=7,02g ZS=9,55g SZH=31,39g CK=0,21g SZH=31,39g CK=0,21g SZH=33,29g CK=0,27g SO=1,09g Tzs=1,43g SO=1,09g Tzs=1,43g SO=1,48g Tzs=2,66g	
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk		SULLI-HOST 6724 Szeged, Kenyér-Értékelő út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: ma@null-host.hu		Étlap név: 0200A1 Tej, Tejtermékmentes	
Tápanyagtartalom: EN=Számitott energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;		Dietás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a		Suli-Host	
TZS=Tejfejtett zsír;		Szegedi ÓV (www.ov.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST		Értéktelési	
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;		Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a		Rendszert 3.0	
9=Haj; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszert; 16=Puhatestűk		SULLI-HOST Kft. dietetikustól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)			

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-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 '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
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', Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,29kcal	16,89g	8,33g	1,09g	0,34g	0,06g	0,20g
Babgulyás leves sertéshússal Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Szárazbab, Vöröshagyma	229,65kcal	17,21g	6,42g	24,42g	1,06g	0,18g	0,22g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	251,17kcal	13,91g	9,79g	40,47g	0,25g	0,45g	0,61g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
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
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
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,91kcal	3,48g	0,52g	11,50g	1,66g	0,22g	0,04g
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
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,03g	0,00g
Csemege uborka Összetétel: Csemege uborka	8,40kcal	0,36g	0,06g	1,44g	1,14g	0,90g	0,00g
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,39g	6,57g	1,47g	0,00g	0,39g	1,65g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
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
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
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
Gyümölcsrizs 'tejmentes' Összetétel: Fagy. alma, Kristálycukor, Rizs 'A', Rizsital	346,60kcal	5,83g	3,19g	85,26g	17,70g	0,30g	0,00g
Házi pulykahúskrém Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'	69,38kcal	4,29g	5,68g	0,13g	0,05g	0,09g	0,80g
Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'	50,66kcal	4,25g	3,62g	0,13g	0,05g	0,09g	0,60g
Húsgombóc sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	199,76kcal	9,74g	13,84g	12,28g	0,13g	0,03g	0,20g
Káposzta saláta Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'	58,56kcal	1,30g	0,17g	12,69g	8,00g	0,03g	0,01g
Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes' Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	250,76kcal	20,76g	8,74g	27,00g	0,21g	0,30g	0,21g
Karalábé leves 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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Kukoricás rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	172,70kcal	4,60g	5,76g	36,89g	0,83g	0,03g	0,64g
Lebbencs leves Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fodros nagykocka tészta, Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	105,78kcal	2,14g	2,99g	16,53g	0,89g	0,23g	0,53g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,33kcal	13,25g	12,65g	1,97g	0,42g	0,45g	1,53g
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
Meggyleves '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
Meggy mártás 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	200,20kcal	2,30g	4,89g	35,94g	25,25g	0,15g	0,50g
Mézés 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
Molnárka (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárka 50g	159,00kcal	3,85g	2,05g	30,45g	4,45g	0,35g	0,35g
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,66g	0,00g	9,35g	0,00g	0,00g	0,00g
Orsó tészta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'	224,18kcal	2,40g	3,04g	46,20g	0,00g	0,15g	0,20g
Őszibarack rostoslé (dobozos) Összetétel: 50%-os őszibarack dobozos gyümölcslé	94,00kcal	0,00g	0,00g	22,00g	12,00g	0,00g	0,00g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
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
Parajfőzelék 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	159,71kcal	3,82g	6,46g	21,74g	3,00g	0,35g	0,60g
Párolt rizs Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	204,74kcal	3,85g	7,54g	47,56g	0,09g	0,09g	0,80g
Petrezselymes 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
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. piritamin 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 'A', Rizsital, Rizsliszt, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	376,81kcal	15,85g	19,90g	38,04g	4,21g	0,08g	0,70g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma	173,87kcal	4,86g	5,80g	36,57g	2,09g	0,31g	0,63g
Rizstej Összetétel: Rizsital	120,00kcal	2,00g	2,00g	24,00g	0,00g	0,20g	0,00g
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: 50%-os alma dobozos gyümölcsle	84,20kcal	0,30g	0,08g	20,50g	20,00g	0,00g	0,03g
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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2023.12.01.-től 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
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
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes' Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	100,20kcal	1,86g	3,17g	15,21g	0,93g	0,18g	0,32g
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
Tea (citrommentes) Összetétel: Kristálycukor, Teafű	20,00kcal	0,00g	0,00g	5,00g	5,00g	0,00g	0,00g
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
Tökfőzelék '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
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: Kígyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Vadas pulykaapró 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,54kcal	17,76g	13,28g	4,47g	0,53g	0,22g	0,61g
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 csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,21kcal	13,07g	8,70g	4,21g	0,09g	0,30g	0,60g
Vagdalt pogácsa burgonyás Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	221,55kcal	11,18g	16,74g	4,83g	0,34g	0,15g	0,26g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Időszak: 2023.12.01.-tól 2023.12.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zellerkrémleves 'tejmentes'	62,13kcal	1,87g	1,43g	10,36g	1,68g	0,10g	0,16g
Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldbab leves	90,30kcal	3,18g	1,45g	15,19g	2,41g	0,19g	0,16g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldbabfőzelék 'tejmentes'	127,57kcal	4,15g	4,19g	17,06g	5,28g	0,02g	0,47g
Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'	75,17kcal	3,19g	1,31g	12,08g	2,98g	0,05g	0,15g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldborsófőzelék 'tejmentes'	196,05kcal	7,55g	4,26g	30,31g	14,00g	0,17g	0,48g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'							
Zöldborsós sertésragu	145,57kcal	13,90g	7,72g	4,20g	1,17g	0,15g	0,32g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,61g	9,12g	1,77g	0,06g	0,39g	1,23g
Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom							
Zöldpaprika	6,00kcal	0,36g	0,09g	0,90g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Zöldpaprika							
Zöldséges rakott burgonya	341,24kcal	18,06g	9,37g	41,67g	0,17g	0,05g	0,40g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldséges rizses 'pulyka'	181,96kcal	7,70g	7,54g	28,73g	2,01g	0,47g	0,62g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldségleves 'lisztmentes'	69,90kcal	1,91g	2,65g	9,11g	1,91g	0,21g	0,28g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zöldségleves 'tej-, cukormentes'	68,62kcal	1,83g	2,61g	8,90g	1,94g	0,07g	0,27g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Zsemle (adalékmentes)	143,00kcal	4,35g	0,40g	29,50g	0,15g	0,70g	0,20g
Összetétel: Adalékmentes zsemle 50g							