

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna			
	Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;		Tárkonyos csirke raguleves 'tejmentes'; Gránátos kocka; Alma;		Taurus Király szalámi; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Zöldpaprika;			
HÉTFŐ	2025.09.29.							
Övoda: EN=289,00kcal FH=12,70g ZS=12,50g SZH=3,30g CK=9,60g SO=1,20g Tzs=3,20g			Iskola: EN=322,20kcal FH=14,80g ZS=13,40g SZH=35,90g CK=11,90g SO=1,30g Tzs=3,60g			K.I.skola: EN=444,40kcal FH=18,90g ZS=23,20g SZH=39,90g CK=14,20g SO=1,80g Tzs=5,40g		
Tea (diábetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Uborka;								
KEDD	2025.09.30.							
Övoda: EN=133,20kcal FH=7,10g ZS=1,80g SZH=2,170g CK=0,30g SO=0,60g Tzs=0,20g			Iskola: EN=168,00kcal FH=10,00g ZS=2,90g SZH=25,00g CK=0,50g SO=0,70g Tzs=0,20g			K.I.skola: EN=177,00kcal FH=10,90g ZS=3,30g SZH=25,50g CK=0,50g SO=0,80g Tzs=0,20g		
Tea csipkebogyó (diabetikus) (15)*; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;			Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Pirított tarhonya 'lisztmentes'; 'Cukormentes' (15)*;			Csirkepaprikás; Paradicsomos káposzta cukormentes (5, 15)*;		
SZERDA	2025.10.01.							
Övoda: EN=146,30kcal FH=6,00g ZS=4,20g SZH=2,100g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=1,00g			Iskola: EN=171,50kcal FH=8,50g ZS=4,70g SZH=23,90g CK=0,30g SO=1,70g Tzs=1,20g			K.I.skola: EN=178,50kcal FH=9,60g ZS=4,90g SZH=24,30g CK=0,30g SO=1,90g Tzs=1,20g		
Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;			Szilvaleves (diabetikus) (2, 15)*; (9)*; Rizibizi;			Körte; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;		
CSÜTÖRTÖK	2025.10.02.							
Övoda: EN=227,20kcal FH=11,70g ZS=10,80g SZH=20,60g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=5,40g			Iskola: EN=270,20kcal FH=14,80g ZS=13,20g SZH=22,90g CK=0,40g SO=1,30g Tzs=6,90g			K.I.skola: EN=301,60kcal FH=17,40g ZS=15,50g SZH=22,90g CK=0,40g SO=1,50g Tzs=8,40g		
Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;			Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás csirkecomb 'tejmentes'; Burgonyapüré natur;			Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;		
PÉNTEK	2025.10.03.							
Övoda: EN=222,30kcal FH=8,70g ZS=9,10g SZH=26,00g CK=6,00g SO=0,80g Tzs=4,30g			Iskola: EN=233,50kcal FH=9,20g ZS=9,20g SZH=28,30g CK=6,00g SO=0,90g Tzs=4,30g			K.I.skola: EN=233,50kcal FH=9,20g ZS=9,20g SZH=28,30g CK=6,00g SO=0,90g Tzs=4,30g		
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk SULL-HOST 6724 Szeged, Kenyértérületi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@sull-host.hu			SULL-HOST 6724 Szeged, Kenyértérületi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@sull-host.hu			SULL-HOST 6724 Szeged, Kenyértérületi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@sull-host.hu		

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

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

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oivi.segedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikustól kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3081)

Sull-Host

Étkeztetési Rendszer 3.0

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:

1300A1 Diabetez

Tápanyagtartalom: EN=Számlított 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=Hal; 10=Ráktérlek; 11=Mustár; 12=Szszámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oiv.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-635-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
	Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;		Pulykaraguleves 'lisztmentes'; Tejperizs (diabetikus) (2, 15)*; Alma;		Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Uborka;	
HÉTFŐ 2025.10.06.	Övoda: EN=294,00kcal FH=11,60g ZS=14,90g SZH=28,10g CK=6,40g SÓ=1,20g TZS=5,00g Iskola: EN=305,20kcal FH=12,10g ZS=15,00g SZH=30,40g CK=6,40g SÓ=1,30g TZS=5,00g Kisiskola: EN=405,40kcal FH=14,70g ZS=24,10g SZH=32,10g CK=6,40g SÓ=1,70g TZS=6,30g		Övoda: EN=392,80kcal FH=20,20g ZS=9,90g SZH=54,40g CK=7,0g SÓ=0,50g TZS=2,00g Iskola: EN=499,20kcal FH=26,10g ZS=13,30g SZH=67,20g CK=14,50g SÓ=0,90g TZS=3,00g Kisiskola: EN=569,10kcal FH=30,20g ZS=15,90g SZH=74,50g CK=16,80g SÓ=0,90g TZS=3,60g		Övoda: EN=176,10kcal FH=6,20g ZS=7,30g SZH=21,20g CK=0,40g SÓ=1,00g TZS=2,10g Iskola: EN=229,90kcal FH=8,90g ZS=10,80g SZH=24,20g CK=0,50g SÓ=1,50g TZS=3,30g Kisiskola: EN=261,20kcal FH=10,00g ZS=12,60g SZH=24,80g CK=0,60g SÓ=1,70g TZS=3,90g	
KEDD 2025.10.07.	Tea (diabetikus) (15)*; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;		Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás (diab.tejment) (15)*; Főtt burgonya;		Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Alma;	
	Övoda: EN=227,20kcal FH=10,10g ZS=6,90g SZH=20,60g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=5,40g Iskola: EN=270,20kcal FH=14,80g ZS=13,20g SZH=22,90g CK=0,40g SÓ=1,30g TZS=6,90g Kisiskola: EN=301,60kcal FH=17,40g ZS=15,50g SZH=22,90g CK=0,40g SÓ=1,50g TZS=8,40g		Övoda: EN=431,60kcal FH=23,80g ZS=12,90g SZH=51,40g CK=13,80g SÓ=0,30g TZS=0,60g Iskola: EN=551,80kcal FH=30,10g ZS=16,70g SZH=65,90g CK=18,60g SÓ=0,50g TZS=0,90g Kisiskola: EN=628,30kcal FH=33,80g ZS=19,40g SZH=74,30g CK=18,80g SÓ=0,60g TZS=1,00g		Övoda: EN=166,40kcal FH=4,30g ZS=3,90g SZH=28,00g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=0,90g Iskola: EN=190,00kcal FH=6,00g ZS=4,00g SZH=33,10g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g Kisiskola: EN=190,00kcal FH=6,00g ZS=4,00g SZH=33,10g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g	
SZERDA 2025.10.08.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;		Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vadas pulykaapró 'tejmentes' (5, 11)*; Szarvacska teszta gluténment.; Narancs;		Csirkemájkrém 30g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Uborka;	
	Övoda: EN=220,30kcal FH=10,10g ZS=6,90g SZH=23,50g CK=9,50g SÓ=0,80g TZS=2,70g Iskola: EN=253,50kcal FH=12,20g ZS=7,80g SZH=24,10g CK=11,80g SÓ=0,90g TZS=3,10g Kisiskola: EN=275,50kcal FH=13,70g ZS=8,50g SZH=26,40g CK=14,10g SÓ=1,00g TZS=3,60g		Övoda: EN=578,10kcal FH=22,10g ZS=21,30g SZH=71,50g CK=1,50g SÓ=0,50g TZS=1,30g Iskola: EN=743,70kcal FH=27,70g ZS=26,90g SZH=93,80g CK=1,80g SÓ=0,90g TZS=1,70g Kisiskola: EN=872,60kcal FH=31,00g ZS=31,50g SZH=111,70g CK=2,10g SÓ=1,00g TZS=2,00g		Övoda: EN=183,60kcal FH=7,60g ZS=7,00g SZH=22,30g CK=0,30g SÓ=1,00g TZS=1,80g Iskola: EN=197,20kcal FH=8,30g ZS=7,10g SZH=24,90g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=1,80g Kisiskola: EN=277,60kcal FH=11,80g ZS=13,70g SZH=26,50g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=3,50g	
CSÜTÖRTÖK 2025.10.09.	Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) (15)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;	
	Övoda: EN=135,60kcal FH=7,20g ZS=1,90g SZH=22,10g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=0,20g Iskola: EN=172,00kcal FH=10,10g ZS=3,10g SZH=25,70g CK=0,50g SÓ=0,70g TZS=0,20g Kisiskola: EN=181,80kcal FH=11,00g ZS=3,40g SZH=26,30g CK=0,50g SÓ=0,80g TZS=0,20g		Övoda: EN=484,20kcal FH=23,60g ZS=16,60g SZH=54,30g CK=10,70g SÓ=0,20g TZS=1,00g Iskola: EN=594,80kcal FH=29,60g ZS=19,40g SZH=68,20g CK=12,90g SÓ=0,40g TZS=1,10g Kisiskola: EN=675,50kcal FH=33,30g ZS=21,20g SZH=79,20g CK=14,10g SÓ=0,50g TZS=1,20g		Övoda: EN=233,10kcal FH=8,60g ZS=13,10g SZH=22,20g CK=0,40g SÓ=1,00g TZS=2,10g Iskola: EN=244,30kcal FH=9,70g ZS=13,20g SZH=24,50g CK=0,40g SÓ=1,10g TZS=2,10g Kisiskola: EN=345,10kcal FH=9,70g ZS=22,30g SZH=26,40g CK=0,40g SÓ=1,50g TZS=3,40g	
PÉNTEK 2025.10.10.	Tej (2)*; Zala Kométea; Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*; Uborka;		Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes); Parajfőzelék (cukor-, tejmentes) (15)*; Alma;		Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiörlesű kenyér (1)*;	
	Övoda: EN=262,50kcal FH=13,00g ZS=9,90g SZH=30,30g CK=9,50g SÓ=1,10g TZS=3,80g Iskola: EN=336,70kcal FH=17,90g ZS=13,80g SZH=35,50g CK=11,90g SÓ=1,60g TZS=5,30g Kisiskola: EN=379,20kcal FH=20,80g ZS=16,10g SZH=38,20g CK=14,20g SÓ=1,80g TZS=6,30g		Övoda: EN=459,90kcal FH=19,90g ZS=19,20g SZH=48,20g CK=1,10g SÓ=0,60g TZS=1,60g Iskola: EN=603,50kcal FH=26,20g ZS=25,20g SZH=64,80g CK=1,20g SÓ=0,70g TZS=2,10g Kisiskola: EN=696,40kcal FH=29,90g ZS=29,60g SZH=73,50g CK=1,50g SÓ=0,90g TZS=2,50g		Övoda: EN=244,30kcal FH=8,60g ZS=13,10g SZH=22,20g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=0,90g Iskola: EN=255,50kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=48,60g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g Kisiskola: EN=367,50kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=76,60g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g	
Étlap változtatás jogát fenntartjuk! Jó étvágyat kívánunk  SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT. 6724 Szeged, Kertészgárdi út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016 E-mail: mail@sull-host.hu Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=Só; TZS=Telített zsír. Dietetikus: OVI (www.oviszegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. dietetikussától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081) Étlap név: 1300A1 Diabetessz Sull-Host Étkeztetési Rendszer 3.0						

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebó margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Meggyleves (cukormentes, tejment) (15)*; Bácskai rizseshús serlés; Uborkasaláta 'Cukormentes' (15)*;		Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	
HÉTFŐ 2025.10.20.					
Óvoda: EN=173,20kcal FH=5,90g ZS=1,30g SZH=20,80g CK=0,40g SO=1,00g Tzs=2,10g		Iskola: EN=226,00kcal FH=8,40g ZS=10,80g SZH=23,50g CK=0,60g SO=1,50g Tzs=3,30g		Kiskola: EN=245,10kcal FH=9,40g ZS=12,50g SZH=23,70g CK=0,70g SO=1,70g Tzs=3,90g	
KEDD 2025.10.21.		Tea (diabetikus) (15)*; Csirke pizza szelet Hyza; Bebó margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Kertész leves (diéta); Vadas serlésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;	
Óvoda: EN=151,00kcal FH=6,30g ZS=4,50g SZH=21,30g CK=0,30g SO=0,80g Tzs=1,10g		Iskola: EN=180,60kcal FH=9,20g ZS=5,20g SZH=24,40g CK=0,40g SO=1,30g Tzs=1,20g		Kiskola: EN=189,60kcal FH=10,40g ZS=5,40g SZH=24,90g CK=0,40g SO=1,50g Tzs=1,30g	
SZERDA 2025.10.22.		Tea (diabetikus) (15)*; Tauris Király szalámi; Bebó margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Zöldségleves 'Iisztmentes'; Sült csirkerecomb; Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' (2, 15)*; Alma;	
Óvoda: EN=203,80kcal FH=6,60g ZS=10,60g SZH=20,60g CK=0,30g SO=1,10g Tzs=3,70g		Iskola: EN=262,60kcal FH=8,90g ZS=15,10g SZH=22,90g CK=0,40g SO=1,50g Tzs=5,50g		Kiskola: EN=262,60kcal FH=8,90g ZS=15,10g SZH=22,90g CK=0,40g SO=1,50g Tzs=5,50g	
CSÜTÖRTÖK 2025.10.23.		Tea (diabetikus) (15)*; Körözött 'házi' (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		Paradicsom leves 'Cukormentes' (5, 15)*; Brassói aprópecsenye; Forgotott burgonya; Káposzta-sárgarépa saláta 'Cukormentes' (15)*;	
Óvoda: EN=133,20kcal FH=7,10g ZS=1,80g SZH=20,20g CK=0,30g SO=0,80g Tzs=0,20g		Iskola: EN=168,00kcal FH=10,00g ZS=2,90g SZH=25,00g CK=0,50g SO=0,70g Tzs=0,20g		Kiskola: EN=177,00kcal FH=10,90g ZS=3,30g SZH=25,50g CK=0,50g SO=0,80g Tzs=0,20g	
PÉNTEK 2025.10.24.		Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		Tarhonyaleves (burgonyamentes); Vagdalt (diabetikus); Tökfőzelék (cukormentes, tejfőös) (2, 15)*; Alma;	
Óvoda: EN=228,30kcal FH=9,10g ZS=9,20g SZH=26,80g CK=6,00g SO=0,80g Tzs=4,30g		Iskola: EN=243,50kcal FH=9,80g ZS=9,40g SZH=26,80g CK=6,00g SO=0,90g Tzs=4,30g		Kiskola: EN=245,50kcal FH=9,90g ZS=9,40g SZH=30,10g CK=6,00g SO=0,90g Tzs=4,30g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULL-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
 6724 Szeged, Keresztvári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016
 E-mail: mail@sull-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=Héj; 10=Rakétfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilaggyűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a
 Szegedi ÖVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST
 Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a
 SULL-HOST Kft. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
Tea (diabetikus) (15)*; Dzsem (diabetikus); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Zöldseggkrémleves (2)*; Párolt sertés szelet; Tört burgonya;			Csirkemájkrém 30g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;		
2025.10.27.			2025.10.27.			2025.10.27.		
Övoda: EN=245,00kcal FH=3,90g ZS=3,90g SZH=47,40g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=0,90g			Övoda: EN=505,20kcal FH=23,70g ZS=2,20g SZH=49,50g CK=8,60g SÓ=0,50g TZS=1,40g			Övoda: EN=186,00kcal FH=7,70g ZS=7,10g SZH=22,70g CK=0,30g SÓ=1,00g TZS=1,80g		
Iskola: EN=256,60kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=49,70g CK=0,40g SÓ=0,70g TZS=0,90g			Iskola: EN=649,20kcal FH=29,90g ZS=28,40g SZH=62,00g CK=2,80g SÓ=0,80g TZS=2,00g			Iskola: EN=201,20kcal FH=8,40g ZS=7,30g SZH=25,60g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=1,80g		
Kiskola: EN=368,60kcal FH=4,40g ZS=4,00g SZH=49,70g CK=0,40g SÓ=0,70g TZS=0,90g			Kiskola: EN=764,70kcal FH=33,90g ZS=33,40g SZH=74,60g CK=3,60g SÓ=1,30g TZS=2,30g			Kiskola: EN=282,40kcal FH=11,90g ZS=13,80g SZH=27,30g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=3,50g		
Tea (diabetikus) (15)*; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Karalábé leves; Húsgombóc sült tojásmént; Paradicsom mártás 'Cukormentes' (5, 15)*; Főtt burgonya;			Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		
2025.10.28.			2025.10.28.			2025.10.28.		
Övoda: EN=173,20kcal FH=6,90g ZS=7,30g SZH=20,80g CK=0,40g SÓ=1,00g TZS=2,10g			Övoda: EN=455,40kcal FH=16,80g ZS=17,70g SZH=53,50g CK=8,60g SÓ=0,30g TZS=0,60g			Övoda: EN=135,90kcal FH=4,20g ZS=3,90g SZH=20,80g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=0,90g		
Iskola: EN=225,00kcal FH=8,40g ZS=10,80g SZH=23,50g CK=0,60g SÓ=1,50g TZS=3,30g			Iskola: EN=594,00kcal FH=22,10g ZS=25,10g SZH=55,30g CK=10,70g SÓ=0,80g TZS=0,90g			Iskola: EN=148,50kcal FH=4,90g ZS=4,00g SZH=23,40g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g		
Kiskola: EN=245,10kcal FH=9,40g ZS=12,50g SZH=23,70g CK=0,70g SÓ=1,70g TZS=3,80g			Kiskola: EN=697,40kcal FH=25,40g ZS=29,90g SZH=76,00g CK=11,80g SÓ=1,10g TZS=1,10g			Kiskola: EN=150,70kcal FH=5,00g ZS=4,10g SZH=23,60g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g		
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)*;		
2025.10.29.			2025.10.29.			2025.10.29.		
Övoda: EN=146,30kcal FH=6,00g ZS=4,20g SZH=21,00g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=1,00g			Övoda: EN=428,90kcal FH=16,10g ZS=17,20g SZH=51,50g CK=8,80g SÓ=1,30g TZS=1,80g			Övoda: EN=225,30kcal FH=9,00g ZS=9,30g SZH=26,30g CK=0,30g SÓ=1,00g TZS=4,50g		
Iskola: EN=171,50kcal FH=8,50g ZS=4,70g SZH=23,90g CK=0,30g SÓ=1,70g TZS=1,20g			Iskola: EN=556,10kcal FH=21,20g ZS=22,30g SZH=73,80g CK=5,10g SÓ=1,80g TZS=2,30g			Iskola: EN=236,50kcal FH=9,50g ZS=9,40g SZH=28,60g CK=0,30g SÓ=0,90g TZS=4,50g		
Kiskola: EN=178,50kcal FH=9,60g ZS=4,90g SZH=24,30g CK=0,30g SÓ=1,90g TZS=1,20g			Kiskola: EN=699,60kcal FH=25,80g ZS=28,40g SZH=81,90g CK=6,70g SÓ=2,40g TZS=2,80g			Kiskola: EN=236,50kcal FH=9,50g ZS=9,40g SZH=28,60g CK=0,30g SÓ=0,90g TZS=4,50g		
Tea (diabetikus) (15)*; Tejfölös túró (házi) (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;			Almaleves (liszt-, tej-, cukormentes) (15)*; Bazsalikomos csirkeragu; Köles párolt zöldséggel (5)*;			Csirkemájkrém 30g; Bebo margarin 10g; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Uborka;		
2025.10.30.			2025.10.30.			2025.10.30.		
Övoda: EN=126,00kcal FH=6,20g ZS=1,80g SZH=21,00g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=0,20g			Övoda: EN=463,90kcal FH=24,40g ZS=16,80g SZH=60,90g CK=10,30g SÓ=0,00g TZS=0,80g			Övoda: EN=215,10kcal FH=7,60g ZS=10,50g SZH=22,30g CK=0,30g SÓ=1,00g TZS=2,50g		
Iskola: EN=163,40kcal FH=6,40g ZS=3,50g SZH=24,10g CK=0,40g SÓ=0,70g TZS=0,20g			Iskola: EN=626,30kcal FH=31,80g ZS=22,10g SZH=71,70g CK=12,70g SÓ=0,40g TZS=1,20g			Iskola: EN=228,70kcal FH=8,30g ZS=10,60g SZH=24,90g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=2,50g		
Kiskola: EN=176,30kcal FH=9,30g ZS=4,40g SZH=24,40g CK=0,40g SÓ=0,70g TZS=0,20g			Kiskola: EN=725,40kcal FH=36,00g ZS=26,10g SZH=82,80g CK=13,90g SÓ=0,70g TZS=1,40g			Kiskola: EN=309,10kcal FH=11,80g ZS=17,20g SZH=26,50g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=4,20g		
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)*; Alma;		
2025.10.31.			2025.10.31.			2025.10.31.		
Övoda: EN=228,50kcal FH=11,70g ZS=10,80g SZH=20,50g CK=0,30g SÓ=1,10g TZS=5,40g			Övoda: EN=490,20kcal FH=21,40g ZS=17,70g SZH=56,70g CK=2,90g SÓ=0,50g TZS=1,80g			Övoda: EN=166,40kcal FH=4,30g ZS=3,90g SZH=22,00g CK=0,30g SÓ=0,60g TZS=0,90g		
Iskola: EN=269,10kcal FH=14,80g ZS=13,20g SZH=22,80g CK=0,30g SÓ=1,30g TZS=6,90g			Iskola: EN=665,80kcal FH=27,50g ZS=28,20g SZH=68,40g CK=3,30g SÓ=0,90g TZS=2,90g			Iskola: EN=190,00kcal FH=6,00g ZS=4,00g SZH=33,10g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g		
Kiskola: EN=300,50kcal FH=17,40g ZS=15,50g SZH=22,80g CK=0,30g SÓ=1,50g TZS=8,40g			Kiskola: EN=771,80kcal FH=31,50g ZS=31,90g SZH=81,10g CK=3,80g SÓ=1,00g TZS=3,30g			Kiskola: EN=190,00kcal FH=6,00g ZS=4,00g SZH=33,10g CK=0,30g SÓ=0,70g TZS=0,90g		



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
 6724 Szeged, Kegyérutca 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; SÓ=Só;
 TZS=Telített zsír;
 (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Dióhéj, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
 9=Hal; 10=Ráktétél; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfűt; 15=Édesítőszer; 16=Punatészték
 Szegedi OVI (www.oivi.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)
Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.10.01.-től 2025.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	34,10kcal	0,40g	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	63,80kcal	0,70g	0,10g	13,90g	9,90g	0,00g	0,00g
Almás csirkecomb 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin kocka, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'	211,10kcal	17,60g	9,10g	13,60g	4,40g	0,20g	0,40g
Aprópecsenye sertés 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,30kcal	16,90g	8,30g	1,10g	0,30g	0,10g	0,20g
Ásványvíz 0,5 liter Összetétel: Ásványvíz 0,5l	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	312,90kcal	13,80g	10,00g	40,70g	0,30g	0,40g	0,60g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,10g	0,40g	1,20g
Bazsalikomos csirkeragu Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	136,00kcal	16,80g	6,90g	0,90g	0,20g	0,00g	0,30g
Bebo margarin 10g Összetétel: Bebo mini margarin	31,50kcal	0,00g	3,50g	0,00g	0,00g	0,00g	0,70g
Bebo margarin 10g 'dupla' Összetétel: Bebo mini margarin	63,00kcal	0,00g	7,00g	0,00g	0,00g	0,00g	1,40g
Bolognai hús-tészta 'sertés- cukormentes' Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sültet paradicsom, Vöröshagyma	300,80kcal	10,70g	5,40g	51,50g	3,50g	0,80g	0,40g
Brassói aprópecsenye Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlött fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	150,90kcal	16,90g	8,30g	1,20g	0,30g	0,10g	0,20g
Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes' Összetétel: Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	67,90kcal	3,50g	0,50g	11,50g	1,70g	0,20g	0,00g
Bugaci sertésragu Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Kóménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,30kcal	13,20g	8,20g	3,70g	0,50g	0,20g	0,80g
Burgonyafőzelék tejfölös Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	240,50kcal	5,60g	3,70g	42,40g	0,10g	0,20g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kóménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,60g	2,20g	18,60g	1,00g	0,00g	0,20g
Burgonyapüré natur Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'	200,00kcal	5,20g	0,80g	39,20g	0,00g	0,00g	0,00g
Csirke pizza szelet Hyza Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza	18,00kcal	2,40g	0,60g	0,90g	0,00g	0,30g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.10.01.-től 2025.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkemájkrém 30g Összetétel: Csirke májaskrém 30g	79,20kcal	3,40g	6,60g	1,50g	0,00g	0,40g	1,60g
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,60g	11,00g	2,50g	0,00g	0,60g	2,80g
Csirkemájkrém 50g 'Eurofood' 'dupla' Összetétel: Csirke májaskrém 50g	264,00kcal	11,30g	21,90g	4,90g	0,00g	1,30g	5,50g
Csirkepaprikás Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	146,90kcal	16,90g	7,90g	1,30g	0,30g	0,10g	0,40g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma	60,40kcal	1,00g	2,10g	9,20g	1,10g	0,00g	0,20g
Dzsem (diabetikus) Összetétel: Diabetikus dzsem	112,00kcal	0,00g	0,00g	27,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Forgatott burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	221,20kcal	5,00g	4,30g	36,80g	0,00g	0,30g	0,40g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,00g	0,10g	1,30g	5,00g
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	79,30kcal	2,80g	2,20g	11,80g	1,00g	0,10g	0,20g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,90kcal	13,20g	8,60g	0,80g	0,30g	0,30g	0,40g
Hagymás burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Vöröshagyma	224,30kcal	5,10g	4,30g	37,50g	0,30g	0,10g	0,40g
Harcapástétom paradicsomos 30g 'dupla' Összetétel: Paradicsomos harcapástétom	201,60kcal	5,30g	18,30g	3,80g	0,10g	0,80g	2,50g
Harcapástétom zöldfűszeres 30g 'dupla' Összetétel: Zöldfűszeres harcapástétom	200,40kcal	5,20g	18,20g	3,50g	0,10g	0,80g	2,50g
Házi pulykahúsoskrém 'glutén, tejmentes' Összetétel: Liga margarin, Pulykasonka	40,60kcal	4,80g	2,40g	0,00g	0,00g	0,10g	0,60g
Húsgombóc sült tojásmént. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	218,30kcal	9,70g	13,90g	12,40g	0,10g	0,00g	0,20g
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,20g	3,60g
Káposzta saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Só 'jódozott'	25,80kcal	1,30g	0,20g	4,70g	0,00g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.10.01.-től 2025.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Káposzta-sárgarépa saláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Folyékony édesítőszer, Köménymag, Sárgarépa, Só 'jódozott'	21,60kcal	0,90g	0,10g	4,00g	1,00g	0,00g	0,00g
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	275,40kcal	20,70g	8,80g	27,10g	0,20g	0,30g	0,20g
Karalábé leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,80kcal	1,60g	1,20g	10,20g	3,50g	0,20g	0,10g
Karalábé leves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	76,40kcal	1,60g	3,10g	10,20g	3,50g	0,20g	0,30g
Kefir Összetétel: Kefir	90,00kcal	4,80g	5,20g	5,70g	5,70g	0,20g	3,40g
Kelkáposztafőzelék tej, lisztmentes Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Rizsliszt, Só 'jódozott'	218,00kcal	5,50g	5,30g	35,30g	0,00g	0,10g	0,50g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	3,00g	0,30g	20,80g	0,10g	0,60g	0,20g
Kertész leves (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Fokhagyma, Kelkáposzta, Kiskocka tészta, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,30kcal	1,30g	3,00g	7,40g	1,40g	0,10g	0,30g
Kockasajt 'dupla' Összetétel: Kockasajt natúr	93,00kcal	3,20g	7,00g	4,30g	0,00g	1,20g	4,50g
Köles párolt zöldséggel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. inyenc zöldség keverék, Fagy. pritamin paprika, Köles, Liga margarin 70%, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	264,10kcal	6,90g	9,80g	36,10g	0,20g	0,00g	0,60g
Köményes pulykasült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	165,80kcal	17,00g	10,10g	0,70g	0,10g	0,30g	0,30g
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,50kcal	16,80g	8,30g	0,70g	0,10g	0,10g	0,20g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,10kcal	2,90g	1,40g	0,80g	0,00g	0,00g	0,00g
Körte Összetétel: Körte	57,20kcal	0,40g	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	222,10kcal	4,50g	5,90g	37,10g	0,80g	0,00g	0,60g
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	105,80kcal	2,10g	3,00g	16,50g	0,90g	0,20g	0,50g
Lecsós sertésszelet Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Paradicsom, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma, Zöldpaprika	178,30kcal	13,30g	12,70g	2,00g	0,40g	0,40g	1,50g
Meggyleves (cukormentes, tejment.) Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	66,50kcal	1,20g	0,20g	14,60g	10,40g	0,00g	0,00g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.10.01.-től 2025.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Meggymártás (diab.tejment)	118,30kcal	1,70g	3,00g	20,60g	12,70g	0,20g	0,30g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. meggy, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg							
Milánói makaróni 'Cukormentes'	433,50kcal	14,80g	18,50g	50,00g	3,00g	0,20g	0,30g
Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma							
Mustáros sertésszelet (diéta)	207,20kcal	17,40g	13,30g	3,60g	0,30g	0,00g	0,70g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Örlt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Narancs	45,10kcal	0,70g	0,00g	9,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Összetétel: Narancs							
Natúr sertésszelet	201,50kcal	17,20g	12,10g	5,10g	0,20g	0,30g	0,60g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Orsó tészta	224,20kcal	2,40g	3,00g	46,20g	0,00g	0,10g	0,20g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'							
Pápai sonka (diéta)	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,60g	0,00g
Összetétel: Pápai sonka							
Paprikás burgonya sertéshússal	411,90kcal	22,20g	16,40g	39,20g	0,80g	0,10g	1,00g
Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Örlt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Paprikás sült hal	102,50kcal	9,50g	4,20g	6,50g	0,00g	0,90g	0,40g
Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Örlt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'							
Paradicsom leves 'Cukormentes'	58,00kcal	1,80g	0,30g	11,70g	2,50g	0,10g	0,00g
Összetétel: Betű tészta, Csemege paprika, Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma							
Paradicsom mártás 'Cukormentes'	83,30kcal	3,00g	2,30g	12,50g	5,00g	0,10g	0,30g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma							
Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,70g	9,20g	1,90g	0,10g	0,40g	1,20g
Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom							
Parajfőzelék (cukor-, tejmentes)	164,30kcal	3,80g	8,30g	18,70g	0,00g	0,30g	0,80g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Folyékony édesítőszer, Örlt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'							
Párizsi csirkemell	280,00kcal	16,40g	20,00g	7,50g	0,00g	0,30g	2,30g
Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tojás							
Párolt rizs	278,80kcal	3,80g	7,80g	47,90g	0,10g	0,10g	0,80g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örlt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Párolt sertés szelet	173,40kcal	16,80g	11,10g	0,70g	0,20g	0,10g	0,50g
Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma							
Párolt zöldségek inyenc	119,50kcal	6,00g	2,30g	18,00g	0,00g	0,20g	0,00g
Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'							
Petrezselymes burgonya	254,60kcal	5,00g	8,00g	36,80g	0,00g	0,10g	0,80g
Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Örlt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'							

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.10.01.-től 2025.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Pirított tarhonya 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	258,50kcal	2,40g	6,70g	46,50g	0,10g	0,30g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Pulykaragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,60kcal	17,30g	9,20g	3,50g	0,40g	0,10g	0,20g
Pulykaraguleves 'lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma	129,50kcal	11,10g	6,60g	5,70g	0,50g	0,30g	0,20g
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	407,70kcal	15,80g	20,00g	38,20g	4,20g	0,10g	0,70g
Rizi-bizi Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	223,20kcal	4,80g	6,00g	36,80g	2,10g	0,30g	0,60g
Rostonhal zöldfűszeres Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	143,60kcal	9,40g	9,80g	4,30g	0,00g	0,90g	1,00g
Sajtszórát Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,40g	0,10g	0,00g	0,20g	2,20g
Sertés pörkölt Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	170,60kcal	17,10g	10,20g	1,60g	0,50g	0,30g	0,40g
Sertés sült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	140,00kcal	16,80g	7,40g	0,60g	0,10g	0,00g	0,10g
Sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,70kcal	12,70g	8,60g	1,40g	0,50g	0,30g	0,40g
Sonkás májaskrém 50g 'Eurofood' 'dupla' Összetétel: Sonkás májaskrém	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Spagetti Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta	267,10kcal	2,80g	4,20g	53,90g	0,00g	0,10g	0,30g
Sült csirkecomb Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'	152,60kcal	16,00g	7,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,20g
Sült virsli sertés 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,00g	0,10g	1,30g	5,00g
Szarvacska tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacska tészta	249,00kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,10g	0,50g
Szilvaleves (diabetikus) Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Folyékony édesítőszer, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	51,40kcal	0,90g	0,70g	9,70g	5,20g	0,00g	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	1,20g	2,20g	11,40g	1,00g	0,20g	0,20g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.10.01.-től 2025.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,70g	6,70g	0,20g	0,00g	0,50g	2,80g
Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes) Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott	34,40kcal	1,90g	2,80g	0,40g	0,00g	0,40g	1,00g
Tea (diabetikus) Összetétel: Citromlé 40%, Folyékony édesítőszer, Teafű	0,70kcal	0,00g	0,00g	0,10g	0,00g	0,00g	0,00g
Tea csipkebogyó (diabetikus) Összetétel: Folyékony édesítőszer, Tea filteres	0,00kcal	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs (diabetikus) Összetétel: Folyékony édesítőszer, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	229,00kcal	8,70g	3,30g	41,00g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,30g	1,40g	0,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	100,80kcal	3,90g	0,40g	20,30g	0,30g	0,60g	0,20g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,10g	0,30g	0,70g	0,00g	0,50g	0,10g
Tökfőzelék (cukormentes, tejfölös) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. tök, Folyékony édesítőszer, Kapor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	142,60kcal	2,80g	6,00g	18,30g	5,40g	0,10g	0,60g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,70kcal	5,00g	6,10g	37,00g	0,10g	0,30g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,20g	0,00g	0,50g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,00g	0,50g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta 'Cukormentes' Összetétel: Bioecet, Folyékony édesítőszer, Kigyó uborka, Só 'jódozott'	8,50kcal	0,70g	0,10g	1,20g	0,00g	0,10g	0,00g
Vadas pulykaapró 'tejmentes' Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Örlött fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	212,50kcal	17,80g	13,30g	4,50g	0,50g	0,20g	0,60g
Vadas sertésszelet Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Örlött fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	211,80kcal	17,80g	13,60g	3,50g	0,70g	0,20g	0,60g
Vagdalt (diabetikus) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Örlött fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	217,40kcal	11,20g	16,30g	4,80g	0,30g	0,10g	0,20g
Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes) Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	151,20kcal	13,10g	8,70g	4,20g	0,10g	0,30g	0,60g

Étlap melléklet

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

Étlap: 1300A1 Diabetesz

Időszak: 2025.10.01.-től 2025.10.31.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,00g	0,30g	1,10g
Zellerkrémleves 'tejmentes' Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	62,10kcal	1,90g	1,40g	10,40g	1,70g	0,10g	0,20g
Zöldbab leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	90,30kcal	3,20g	1,50g	15,20g	2,40g	0,20g	0,20g
Zöldbabfőzelék (tejfölös,cukormentes) Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	130,30kcal	4,40g	5,10g	15,20g	3,30g	0,10g	0,50g
Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	75,20kcal	3,20g	1,30g	12,10g	3,00g	0,10g	0,10g
Zöldborsófőzelék 'Cukormentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Folyékony édesítőszer, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	202,10kcal	9,60g	4,90g	28,10g	8,30g	0,20g	0,90g
Zöldborsós sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	145,60kcal	13,90g	7,70g	4,20g	1,20g	0,20g	0,30g
Zöldfűszeres harcsapástétom Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom	100,20kcal	2,60g	9,10g	1,80g	0,10g	0,40g	1,20g
Zöldpaprika Összetétel: Zöldpaprika	6,00kcal	0,40g	0,10g	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	19,30g	11,00g	39,30g	0,20g	0,10g	1,20g
Zöldséges rizses 'pulyka' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Vöröshagyma	219,00kcal	7,70g	7,70g	28,90g	2,00g	0,50g	0,60g
Zöldségkrémleves Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	93,10kcal	1,90g	4,00g	11,80g	1,90g	0,10g	0,30g
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	1,90g	2,70g	9,10g	1,90g	0,20g	0,30g
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	68,60kcal	1,80g	2,60g	8,90g	1,90g	0,10g	0,30g