

Tízórai	Ehéd A	Uzsonna
<p>Tea csipkebogyó; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Rizsleves; Chilis bab diéta; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Téjfőlés túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</p>
<p>HÉTFŐ 2025.03.31.</p> <p>Ovoda: EN=221,08kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=27,61g CK=5,17g SÓ=0,95g TZS=1,39g</p> <p>Iskola: EN=254,42kcal FH=6,31g ZS=9,52g SZH=34,83g CK=7,21g SÓ=1,09g TZS=1,45g</p> <p>Kisiskola: EN=412,94kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=49,01g CK=9,32g SÓ=1,76g TZS=2,74g</p> <p>Tej (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;</p>	<p>Ovoda: EN=475,89kcal FH=24,09g ZS=15,80g SZH=56,43g CK=2,53g SÓ=0,79g TZS=0,52g</p> <p>Iskola: EN=692,91kcal FH=33,33g ZS=24,42g SZH=73,46g CK=3,51g SÓ=1,14g TZS=0,83g</p> <p>Kisiskola: EN=802,29kcal FH=38,95g ZS=28,29g SZH=83,29g CK=4,26g SÓ=1,45g TZS=1,18g</p> <p>Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek nyenc (5)*; Párolt rizs;</p>	<p>Ovoda: EN=130,90kcal FH=5,59g ZS=1,76g SZH=22,39g CK=0,08g SÓ=0,57g TZS=0,16g</p> <p>Iskola: EN=185,80kcal FH=8,31g ZS=3,60g SZH=28,85g CK=0,10g SÓ=0,71g TZS=0,20g</p> <p>Kisiskola: EN=250,10kcal FH=10,76g ZS=4,64g SZH=39,90g CK=0,14g SÓ=1,00g TZS=0,28g</p> <p>Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;</p>
<p>KEDD 2025.04.01.</p> <p>Ovoda: EN=251,38kcal FH=13,75g ZS=9,03g SZH=38,64g CK=9,33g SÓ=0,85g TZS=2,76g</p> <p>Iskola: EN=344,86kcal FH=18,36g ZS=12,64g SZH=51,52g CK=11,65g SÓ=1,04g TZS=3,45g</p> <p>Kisiskola: EN=444,07kcal FH=23,20g ZS=15,62g SZH=61,43g CK=14,00g SÓ=1,39g TZS=4,20g</p> <p>Rostos almale: Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;</p>	<p>Ovoda: EN=384,87kcal FH=22,86g ZS=20,22g SZH=66,89g CK=1,48g SÓ=0,18g TZS=1,27g</p> <p>Iskola: EN=480,25kcal FH=27,62g ZS=25,01g SZH=84,28g CK=2,07g SÓ=0,44g TZS=1,59g</p> <p>Kisiskola: EN=576,67kcal FH=31,43g ZS=30,16g SZH=102,59g CK=2,60g SÓ=0,61g TZS=1,99g</p> <p>Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomfőzelék tejes (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Ovoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,59g SZH=4,54g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g</p> <p>Iskola: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,59g SZH=4,54g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g</p> <p>Kisiskola: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,59g SZH=60,45g CK=30,95g SÓ=0,35g TZS=1,05g</p> <p>Csirkemajkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>
<p>SZERDA 2025.04.02.</p> <p>Ovoda: EN=356,70kcal FH=12,15g ZS=10,80g SZH=38,65g CK=0,15g SÓ=1,18g TZS=5,40g</p> <p>Iskola: EN=388,10kcal FH=14,75g ZS=13,10g SZH=38,70g CK=0,15g SÓ=1,34g TZS=6,90g</p> <p>Kisiskola: EN=419,50kcal FH=17,35g ZS=15,40g SZH=38,75g CK=0,15g SÓ=1,50g TZS=8,40g</p> <p>Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;</p>	<p>Ovoda: EN=560,74kcal FH=28,41g ZS=13,97g SZH=70,92g CK=17,01g SÓ=0,99g TZS=1,51g</p> <p>Iskola: EN=717,31kcal FH=35,50g ZS=18,62g SZH=90,27g CK=20,89g SÓ=1,29g TZS=2,12g</p> <p>Kisiskola: EN=895,20kcal FH=42,92g ZS=23,29g SZH=114,38g CK=24,63g SÓ=1,69g TZS=2,76g</p> <p>Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal kukoricadarával (9)*; Burgonyapüré natur; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Ovoda: EN=179,60kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g</p> <p>Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SÓ=1,09g TZS=1,85g</p> <p>Kisiskola: EN=334,10kcal FH=11,96g ZS=13,70g SZH=39,34g CK=0,14g SÓ=1,76g TZS=3,65g</p> <p>Petrezselymes túrókrém (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>
<p>CSÜTÖRTÖK 2025.04.03.</p> <p>Ovoda: EN=336,10kcal FH=10,64g ZS=6,90g SZH=44,20g CK=9,30g SÓ=0,85g TZS=2,70g</p> <p>Iskola: EN=370,50kcal FH=12,35g ZS=7,65g SZH=49,30g CK=11,60g SÓ=0,90g TZS=3,15g</p> <p>Kisiskola: EN=392,50kcal FH=13,90g ZS=8,40g SZH=51,60g CK=13,90g SÓ=0,95g TZS=3,60g</p> <p>Tea citromos; Zala Kométea; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Ovoda: EN=501,69kcal FH=18,87g ZS=9,63g SZH=88,58g CK=18,44g SÓ=2,35g TZS=0,56g</p> <p>Iskola: EN=639,56kcal FH=23,67g ZS=9,01g SZH=111,55g CK=23,58g SÓ=3,01g TZS=0,81g</p> <p>Kisiskola: EN=802,29kcal FH=29,20g ZS=9,55g SZH=141,66g CK=30,75g SÓ=3,81g TZS=0,99g</p> <p>Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni; Sajtszórat (2)*; Alma;</p>	<p>Ovoda: EN=124,96kcal FH=5,23g ZS=1,67g SZH=4,15g CK=0,08g SÓ=0,57g TZS=0,16g</p> <p>Iskola: EN=175,89kcal FH=7,72g ZS=3,45g SZH=27,35g CK=0,10g SÓ=0,71g TZS=0,20g</p> <p>Kisiskola: EN=239,02kcal FH=10,07g ZS=4,46g SZH=38,10g CK=0,14g SÓ=1,00g TZS=0,28g</p> <p>Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;</p>
<p>PÉNTEK 2025.04.04.</p> <p>Ovoda: EN=191,22kcal FH=5,56g ZS=6,82g SZH=26,16g CK=5,17g SÓ=0,89g TZS=1,94g</p> <p>Iskola: EN=263,28kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=33,68g CK=7,25g SÓ=1,36g TZS=3,06g</p> <p>Kisiskola: EN=340,78kcal FH=11,68g ZS=11,56g SZH=46,24g CK=9,31g SÓ=1,80g TZS=3,68g</p>	<p>Ovoda: EN=614,06kcal FH=22,37g ZS=23,27g SZH=75,88g CK=11,98g SÓ=0,48g TZS=2,73g</p> <p>Iskola: EN=818,14kcal FH=29,58g ZS=31,61g SZH=100,02g CK=15,48g SÓ=0,66g TZS=3,70g</p> <p>Kisiskola: EN=962,25kcal FH=34,49g ZS=35,05g SZH=122,60g CK=19,64g SÓ=0,75g TZS=3,78g</p>	<p>Ovoda: EN=304,50kcal FH=11,51g ZS=9,39g SZH=41,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g</p> <p>Iskola: EN=308,50kcal FH=11,75g ZS=9,65g SZH=41,60g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g</p> <p>Kisiskola: EN=310,50kcal FH=11,87g ZS=9,66g SZH=41,90g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g</p>

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyeri Egyári út 4. Tel.: +36-62-542-015. Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@sull-host.hu

Étlap név:

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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=Ráktétlek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűtű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Szegelei ÓVl (www.ovl.szegedvaros.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)

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2025.04.07.		KEDD 2025.04.08.		SZERDA 2025.04.09.		CSÜTÖRTÖK 2025.04.10.		PÉNTEK 2025.04.11.	
Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai		Tízórai	
Tej (2)*; Mini méz; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;		Rostos ivólé 100% narancs; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tej (2)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Alma rostoslé 'dobozos'; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	
Frankfurti leves liszt-tejmentes; Narancs;		Tahonyaleves tej-, cukormentes; Vagdalt pogácsa burgonyás; Zöldborsófőzelék (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Paradicsom leves (5)*; Rakott brokkoli kölessel sajtos (2)*; Alma;		Burgonyaleves tejfőlös (2)*; Sült csirkemomb; Almamártás (2)*; Pirított kukoricadara;		Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Mandarin;	
Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;		Tejfőlös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;		Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Ovoda: EN=338,50kcal FH=10,05g ZS=8,55g SZH=66,13g CK=30,07g SÓ=0,55g TZS=2,85g		Ovoda: EN=314,10kcal FH=10,70g ZS=10,72g SZH=29,95g CK=0,08g SÓ=1,04g TZS=5,36g		Ovoda: EN=267,60kcal FH=12,55g ZS=9,89g SZH=31,47g CK=9,28g SÓ=1,15g TZS=3,61g		Ovoda: EN=260,10kcal FH=4,96g ZS=7,22g SZH=30,20g CK=0,20g SÓ=0,90g TZS=2,06g		Ovoda: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	
Iskola: EN=360,50kcal FH=11,60g ZS=9,30g SZH=56,43g CK=32,37g SÓ=0,60g TZS=3,30g		Iskola: EN=370,60kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=35,20g CK=1,10g SÓ=1,34g TZS=6,90g		Iskola: EN=314,70kcal FH=14,84g ZS=10,72g SZH=36,97g CK=11,60g SÓ=1,34g TZS=4,10g		Iskola: EN=325,40kcal FH=7,70g ZS=10,70g SZH=35,80g CK=0,24g SÓ=1,50g TZS=3,30g		Iskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	
K. Iskola: EN=382,50kcal FH=13,15g ZS=10,05g SZH=60,73g CK=34,67g SÓ=0,65g TZS=3,75g		K. Iskola: EN=452,20kcal FH=18,18g ZS=15,56g SZH=45,65g CK=0,14g SÓ=1,78g TZS=8,48g		K. Iskola: EN=466,10kcal FH=21,26g ZS=18,20g SZH=53,14g CK=13,94g SÓ=2,06g TZS=6,28g		K. Iskola: EN=395,70kcal FH=10,18g ZS=12,56g SZH=46,40g CK=0,44g SÓ=1,98g TZS=3,98g		K. Iskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	
Ovoda: EN=648,36kcal FH=25,04g ZS=25,12g SZH=57,79g CK=17,19g SÓ=1,10g TZS=1,59g		Ovoda: EN=648,36kcal FH=25,04g ZS=25,12g SZH=57,79g CK=17,19g SÓ=1,10g TZS=1,59g		Ovoda: EN=526,08kcal FH=22,38g ZS=20,30g SZH=60,26g CK=16,35g SÓ=0,69g TZS=2,90g		Ovoda: EN=534,51kcal FH=22,38g ZS=20,30g SZH=56,47g CK=17,99g SÓ=0,15g TZS=1,23g		Ovoda: EN=583,13kcal FH=22,55g ZS=18,19g SZH=30,41g CK=1,53g SÓ=0,26g TZS=1,27g	
Iskola: EN=875,50kcal FH=15,11g ZS=23,02g SZH=14,790g CK=38,70g SÓ=2,09g TZS=5,22g		Iskola: EN=851,79kcal FH=32,38g ZS=33,66g SZH=98,64g CK=23,38g SÓ=1,69g TZS=2,09g		Iskola: EN=674,20kcal FH=33,23g ZS=23,61g SZH=76,28g CK=22,27g SÓ=0,88g TZS=3,67g		Iskola: EN=701,83kcal FH=27,51g ZS=26,51g SZH=77,19g CK=25,32g SÓ=0,27g TZS=1,73g		Iskola: EN=484,28kcal FH=28,48g ZS=21,82g SZH=40,94g CK=1,91g SÓ=0,85g TZS=1,48g	
K. Iskola: EN=1.009,71kcal FH=17,23g ZS=26,07g SZH=112,03g CK=38,83g SÓ=2,18g TZS=5,47g		K. Iskola: EN=1.050,75kcal FH=38,70g ZS=38,96g SZH=128,73g CK=31,62g SÓ=2,10g TZS=2,54g		K. Iskola: EN=818,70kcal FH=41,41g ZS=29,89g SZH=88,99g CK=28,89g SÓ=1,21g TZS=4,76g		K. Iskola: EN=854,91kcal FH=32,22g ZS=32,56g SZH=95,16g CK=32,67g SÓ=0,46g TZS=2,24g		K. Iskola: EN=560,12kcal FH=32,14g ZS=24,62g SZH=48,48g CK=2,24g SÓ=0,98g TZS=1,70g	
Ovoda: EN=201,20kcal FH=5,63g ZS=9,47g SZH=22,69g CK=0,14g SÓ=0,95g TZS=1,39g		Ovoda: EN=180,50kcal FH=4,71g ZS=9,99g SZH=30,40g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g		Ovoda: EN=128,50kcal FH=5,63g ZS=1,70g SZH=21,96g CK=0,08g SÓ=0,57g TZS=0,16g		Ovoda: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=38,50g CK=6,15g SÓ=0,85g TZS=4,50g		Ovoda: EN=145,90kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=21,47g CK=0,08g SÓ=1,06g TZS=0,99g	
Iskola: EN=226,30kcal FH=6,37g ZS=9,55g SZH=27,89g CK=0,16g SÓ=1,09g TZS=1,43g		Iskola: EN=184,50kcal FH=4,95g ZS=4,05g SZH=31,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g		Iskola: EN=181,90kcal FH=8,21g ZS=3,50g SZH=28,20g CK=0,10g SÓ=0,71g TZS=0,20g		Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SÓ=0,85g TZS=4,50g		Iskola: EN=185,00kcal FH=7,82g ZS=4,58g SZH=27,55g CK=0,10g SÓ=1,70g TZS=1,17g	
K. Iskola: EN=377,30kcal FH=10,52g ZS=18,96g SZH=40,18g CK=0,28g SÓ=1,76g TZS=2,74g		K. Iskola: EN=186,50kcal FH=5,07g ZS=4,08g SZH=31,30g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g		K. Iskola: EN=246,10kcal FH=10,66g ZS=4,52g SZH=39,12g CK=0,14g SÓ=1,00g TZS=0,28g		K. Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SÓ=0,85g TZS=4,50g		K. Iskola: EN=242,20kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=38,09g CK=0,14g SÓ=2,23g TZS=1,31g	

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



SULL - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyérfa utca 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@sull-host.hu

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

Étlap név: **0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)**

Sull-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ.
TZS=Telített zsírf.
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Héj; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogfűrt; 15=Édesítőszőr; 16=Puhítósútk

Tízórai		Ebéd A		Uzsonna	
Tej (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tárkonyos csirkerağuleves 'Tejmentes'; Mákos metélt (6, 8, 12, 13)*; Alma;		Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	
HÉTFŐ 2025.04.14.		KEDD 2025.04.15.		SZERDA 2025.04.16.	
Övoda: EN=288,60kcal FH=11,77g ZS=12,44g SZH=31,17g CK=9,34g SO=1,15g TZS=3,19g		Övoda: EN=517,91kcal FH=16,13g ZS=18,35g SZH=83,11g CK=18,82g SO=0,59g TZS=1,69g		Övoda: EN=468,80kcal FH=22,20g ZS=14,43g SZH=59,82g CK=6,45g SO=0,39g TZS=0,99g	
Iskola: EN=335,70kcal FH=14,06g ZS=13,27g SZH=39,27g CK=11,66g SO=1,34g TZS=3,69g		Iskola: EN=754,90kcal FH=20,17g ZS=24,59g SZH=110,16g CK=24,39g SO=0,79g TZS=2,30g		Iskola: EN=579,91kcal FH=28,05g ZS=17,70g SZH=83,67g CK=8,12g SO=0,59g TZS=1,20g	
K. Iskola: EN=508,10kcal FH=19,70g ZS=23,30g SZH=53,74g CK=14,06g SO=2,08g TZS=5,44g		K. Iskola: EN=902,86kcal FH=23,74g ZS=29,80g SZH=131,39g CK=21,59g SO=0,95g TZS=2,78g		K. Iskola: EN=712,00kcal FH=31,94g ZS=21,07g SZH=94,59g CK=9,71g SO=0,71g TZS=1,46g	
Rostos almale; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		Csonleves; Vagdat sertés(tojás-, lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Tarhonyás csirke (combfél); Uborkasaláta;	
Övoda: EN=220,15kcal FH=6,19g ZS=4,17g SZH=11,5g CK=0,12g SO=0,59g TZS=0,16g		Övoda: EN=517,91kcal FH=19,06g ZS=21,53g SZH=53,39g CK=12,48g SO=0,79g TZS=0,87g		Övoda: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g	
Iskola: EN=288,43kcal FH=9,31g ZS=8,21g SZH=37,32g CK=0,18g SO=1,04g TZS=0,29g		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=1,85g	
K. Iskola: EN=327,59kcal FH=11,65g ZS=3,38g SZH=48,19g CK=0,27g SO=1,04g TZS=0,29g		K. Iskola: EN=828,40kcal FH=23,37g ZS=34,02g SZH=96,86g CK=18,60g SO=1,69g TZS=1,53g		K. Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g	
Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Alma;		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
CSÜTÖRTÖK 2025.04.17.		PÉNTEK 2025.04.18.		SZERDA 2025.04.16.	
Övoda: EN=239,06kcal FH=13,41g ZS=6,94g SZH=30,13g CK=9,33g SO=0,65g TZS=2,56g		Övoda: EN=510,45kcal FH=28,91g ZS=12,75g SZH=64,32g CK=6,06g SO=0,60g TZS=1,94g		Övoda: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g	
Iskola: EN=302,52kcal FH=17,81g ZS=8,58g SZH=37,67g CK=11,65g SO=1,04g TZS=3,05g		Iskola: EN=672,64kcal FH=38,43g ZS=17,94g SZH=82,18g CK=7,70g SO=1,10g TZS=3,55g		Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g	
K. Iskola: EN=407,32kcal FH=25,04g ZS=11,11g SZH=47,16g CK=9,20g SO=2,23g TZS=1,31g		K. Iskola: EN=784,68kcal FH=43,14g ZS=20,28g SZH=98,80g CK=9,22g SO=1,14g TZS=3,68g		K. Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g	
Tej (2)*; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Burgonyapüré natur;		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Övoda: EN=239,06kcal FH=13,41g ZS=6,94g SZH=30,13g CK=9,33g SO=0,65g TZS=2,56g		Övoda: EN=510,45kcal FH=28,91g ZS=12,75g SZH=64,32g CK=6,06g SO=0,60g TZS=1,94g		Övoda: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g	
Iskola: EN=302,52kcal FH=17,81g ZS=8,58g SZH=37,67g CK=11,65g SO=1,04g TZS=3,05g		Iskola: EN=672,64kcal FH=38,43g ZS=17,94g SZH=82,18g CK=7,70g SO=1,10g TZS=3,55g		Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g	
K. Iskola: EN=407,32kcal FH=25,04g ZS=11,11g SZH=47,16g CK=9,20g SO=2,23g TZS=1,31g		K. Iskola: EN=784,68kcal FH=43,14g ZS=20,28g SZH=98,80g CK=9,22g SO=1,14g TZS=3,68g		K. Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g	
Kenyér (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;		Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	
Övoda: EN=227,90kcal FH=8,12g ZS=9,16g SZH=27,40g CK=5,78g SO=0,71g TZS=4,31g		Övoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,59g SZH=45,45g CK=17,70g SO=0,35g TZS=1,05g		Övoda: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g	
Iskola: EN=257,00kcal FH=9,10g ZS=9,30g SZH=33,20g CK=5,80g SO=0,85g TZS=4,35g		Iskola: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,59g SZH=45,45g CK=17,70g SO=0,35g TZS=1,05g		Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g	
K. Iskola: EN=308,20kcal FH=10,70g ZS=9,45g SZH=43,90g CK=5,84g SO=1,13g TZS=4,43g		K. Iskola: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,59g SZH=40,45g CK=30,95g SO=0,35g TZS=1,05g		K. Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SO=0,85g TZS=4,50g	



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

SULLI-HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
 Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÖVI (www.ovi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.sulli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikuskától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

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=Hal; 10=Ráktétél; 11=Mustár; 12=Szézám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillogítószer; 15=Édesítőszer; 16=Pinhatesűtő

Sulli-Host
 Étkezési Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2025.04.21.		KEDD 2025.04.22.		SZERDA 2025.04.23.		CSÜTÖRTÖK 2025.04.24.		PÉNTEK 2025.04.25.				
Tízórai		Ebéd A		Uzsonna		Joghurt (2)*; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Babgyúás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejes' (2)*; Alma;		Mini méz; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		
Ovoda: EN=293,50kcal FH=10,67g ZS=14,84g SZH=28,57g CK=6,14g SÓ=1,10g TZS=4,99g	Iskola: EN=318,70kcal FH=11,47g ZS=14,92g SZH=33,77g CK=6,16g SÓ=1,24g TZS=5,03g	Kiiskola: EN=469,10kcal FH=15,50g ZS=24,20g SZH=45,94g CK=6,26g SÓ=1,91g TZS=6,34g	Ovoda: EN=484,84kcal FH=27,48g ZS=11,02g SZH=66,79g CK=4,32g SÓ=0,48g TZS=2,92g	Iskola: EN=608,85kcal FH=32,80g ZS=13,65g SZH=85,94g CK=4,32g SÓ=0,69g TZS=3,48g	Kiiskola: EN=767,88kcal FH=40,30g ZS=16,39g SZH=111,12g CK=4,32g SÓ=0,74g TZS=4,09g	Ovoda: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=3,90g SZH=43,78g CK=16,52g SÓ=0,65g TZS=0,90g	Iskola: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=3,90g SZH=43,78g CK=16,52g SÓ=0,65g TZS=0,90g	Kiiskola: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=3,90g SZH=43,78g CK=16,52g SÓ=0,65g TZS=0,90g	Ovoda: EN=253,00kcal FH=3,88g ZS=5,55g SZH=45,48g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Iskola: EN=253,00kcal FH=3,88g ZS=5,55g SZH=45,48g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Kiiskola: EN=315,50kcal FH=3,88g ZS=5,55g SZH=60,45g CK=30,95g SÓ=0,35g TZS=1,05g	
Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás 'tejmentes'; Főtt burgonya;		Tarhonyaleves 'tej, cukormentes'; Vadas pulykapró (2, 5, 11)*; Szarvacskasó teszta gluténment; Narancs;		Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Tej (2)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Uborka;		Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnáka (allergénmentes) (1)*;		
Ovoda: EN=314,10kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=29,95g CK=0,98g SÓ=1,04g TZS=5,38g	Iskola: EN=370,60kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=35,20g CK=0,10g SÓ=1,34g TZS=6,90g	Kiiskola: EN=452,20kcal FH=18,18g ZS=15,56g SZH=45,65g CK=0,14g SÓ=1,78g TZS=8,48g	Ovoda: EN=513,55kcal FH=24,40g ZS=14,80g SZH=66,72g CK=26,37g SÓ=0,29g TZS=0,83g	Iskola: EN=635,59kcal FH=30,55g ZS=18,48g SZH=81,84g CK=31,99g SÓ=0,53g TZS=1,04g	Kiiskola: EN=746,28kcal FH=34,37g ZS=23,16g SZH=94,42g CK=36,53g SÓ=0,68g TZS=1,44g	Ovoda: EN=183,20kcal FH=6,65g ZS=6,92g SZH=22,79g CK=0,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g	Iskola: EN=210,70kcal FH=7,59g ZS=7,02g SZH=28,32g CK=0,10g SÓ=1,09g TZS=1,85g	Kiiskola: EN=341,30kcal FH=12,56g ZS=13,76g SZH=40,39g CK=0,14g SÓ=1,76g TZS=3,58g	Ovoda: EN=278,50kcal FH=10,05g ZS=8,55g SZH=39,65g CK=1,3,65g SÓ=0,55g TZS=2,85g	Iskola: EN=300,50kcal FH=11,60g ZS=9,30g SZH=41,95g CK=1,5,95g SÓ=0,60g TZS=3,30g	Kiiskola: EN=322,50kcal FH=13,15g ZS=11,0,05g SZH=44,25g CK=1,8,25g SÓ=0,65g TZS=3,75g	
Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Almaleves (tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;		Tost sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		Ovoda: EN=149,27kcal FH=5,89g ZS=1,69g SZH=26,70g CK=5,17g SÓ=0,59g TZS=0,16g		Iskola: EN=203,57kcal FH=8,81g ZS=2,76g SZH=34,56g CK=7,26g SÓ=0,73g TZS=0,20g	Kiiskola: EN=269,47kcal FH=11,05g ZS=3,30g SZH=47,28g CK=8,9,34g SÓ=1,04g TZS=0,28g	Ovoda: EN=540,90kcal FH=24,25g ZS=17,02g SZH=66,76g CK=4,23,19g SÓ=1,14g TZS=1,29g	Iskola: EN=671,52kcal FH=30,34g ZS=19,93g SZH=85,30g CK=4,3,31g SÓ=1,57g TZS=1,48g	Kiiskola: EN=784,98kcal FH=34,60g ZS=22,16g SZH=103,13g CK=4,38,80g SÓ=2,01g TZS=1,77g
Ovoda: EN=304,70kcal FH=3,45g ZS=9,93g SZH=39,51g CK=9,39g SÓ=1,23g TZS=3,78g		Iskola: EN=367,70kcal FH=17,80g ZS=13,70g SZH=42,45g CK=11,73g SÓ=1,61g TZS=5,31g	Kiiskola: EN=410,20kcal FH=20,79g ZS=15,96g SZH=45,07g CK=14,05g SÓ=1,82g TZS=6,30g	Ovoda: EN=613,04kcal FH=27,57g ZS=17,16g SZH=82,38g CK=8,74g SÓ=1,39g TZS=2,28g	Iskola: EN=798,14kcal FH=35,28g ZS=23,38g SZH=105,57g CK=10,39g SÓ=1,72g TZS=2,92g	Kiiskola: EN=968,19kcal FH=41,31g ZS=28,14g SZH=129,82g CK=11,63g SÓ=2,28g TZS=3,50g	Ovoda: EN=145,90kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=21,47g CK=0,08g SÓ=1,06g TZS=0,99g	Iskola: EN=185,00kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=27,35g CK=0,10g SÓ=1,70g TZS=1,17g	Kiiskola: EN=242,20kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=38,09g CK=0,14g SÓ=2,23g TZS=1,31g	Ovoda: EN=253,00kcal FH=3,88g ZS=5,55g SZH=45,48g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Iskola: EN=315,50kcal FH=3,88g ZS=5,55g SZH=60,45g CK=30,95g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Kiiskola: EN=315,50kcal FH=3,88g ZS=5,55g SZH=60,45g CK=30,95g SÓ=0,35g TZS=1,05g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



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

Étlap név:
0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Tápanyagtartalom: EN=Számlított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ.
TZS=Telített zsírf.
(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Sója; 5=Zeller; 6=Diófélék; mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rakéték; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillegfürt; 15=Édesítőszer; 16=Purineszték
Diétás ételtek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi OVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULL-HOST Kft. (www.sull-host.hu) honlapján megtalálható. Szobeli tájékoztatást telefonon a SULL-HOST Kft. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Sull-Host
Étkezletési
Rendszer 3.0

HÉTFŐ 2025.04.28.	KEDD 2025.04.29.	SZERDA 2025.04.30.	CSÜTÖRTÖK 2025.05.01.	PÉNTEK 2025.05.02.
<p>Tízórai</p> <p>Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;</p>	<p>Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnártka (allergénmentes) (1)*;</p>	<p>Rostos almale; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;</p>	<p>Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Uborka;</p>	<p>Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>
<p>Ebéd A</p> <p>Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, liszthmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;</p>	<p>Csontleves; Rakott zöldbab tejfőös (2)*; Körté;</p>	<p>Karalábé leves; Köményes sertéssült; Burgonyafőzelék tejfőös (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Lebbencs leves; Kapros káposzta 'Liszt-, tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Mézes mustáros csirkelile 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Alma;</p>
<p>Uzsonna</p> <p>Kefir (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;</p>	<p>Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;</p>	<p>Zöldfűszeres harccsapástém (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;</p>

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULLI - HOST VENDÉGLÁTO ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.
6724 Szeged, Kenyér Egri úti 4. Tel.: +36-62-542-015. Fax: +36-62-542-016
E-mail: mail@sulli-host.hu

Étlap név:
0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ.
(*) 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=Csillogítószer; 15=Édesítőszer; 16=Puhítószer
Szegedi ÖVI (www.ovi.szeged.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULLI-HOST Kft. (www.sulli-host.hu) honlapján megtalálható. Szövegi tájékoztatás telefonon a SULLI-HOST Kft. dietetikuskától kérhető az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081) **Rendszert 3.0**

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'ldared'	34,10kcal	0,44g	0,00g	7,70g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma rostoslé 'dobozos' Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Almaleves (tejes) Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tej '1,5%'	120,57kcal	1,72g	0,61g	26,10g	21,28g	0,09g	0,27g
Almamártás Összetétel: Citrom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg, Tejföl '12%'	153,39kcal	1,77g	4,45g	25,11g	17,10g	0,04g	0,20g
Almás sajtos csirkecomb Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. alma, Fahéj, Felső csirkecomb filé, Liga margarin kocka, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Trappista sajt	242,54kcal	20,23g	11,43g	13,62g	4,40g	0,35g	1,90g
Babgulyás leves sertéshússal Összetétel: Babérlevél, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Órölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Szárzab, Vöröshagyma	229,65kcal	17,21g	6,42g	24,42g	1,06g	0,18g	0,22g
Bácskai rizseshús sertés Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Órölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	154,29kcal	11,03g	9,68g	4,99g	0,25g	0,45g	0,61g
Banán Összetétel: Banán	115,50kcal	1,43g	0,00g	26,62g	0,00g	0,00g	0,00g
Baromfi párizsi (diéta) Összetétel: Allergén mentes Csirkejó Baromfi Rúd	40,20kcal	2,00g	3,40g	0,40g	0,12g	0,40g	1,20g
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, Órölt 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
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
Burgonyafőzelék tejfőlös Összetétel: Babérlevél, Bioacet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	240,52kcal	5,64g	3,70g	42,39g	0,13g	0,15g	0,20g
Burgonyaleves (tejmentes) Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	110,30kcal	2,62g	2,22g	18,63g	0,98g	0,04g	0,22g
Burgonyaleves tejfőlös Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Köménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	107,80kcal	2,61g	2,70g	16,86g	0,89g	0,05g	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: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Csirkemájkrém 50g Összetétel: Csirke májaskrém 50g	132,00kcal	5,65g	10,95g	2,45g	0,00g	0,65g	2,75g
Csontleves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsza tészta, Örölt 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
Finomfőzelék tejes Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	201,98kcal	7,31g	3,62g	33,09g	16,04g	0,13g	0,63g
Főtt burgonya Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'	94,00kcal	2,50g	0,30g	18,40g	0,00g	0,03g	0,00g
Főtt virsli 'diéta' Összetétel: Virsli	144,00kcal	6,60g	12,60g	1,02g	0,06g	1,32g	4,98g
Frankfurti leves liszt-,tejmentes Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kelkáposzta, Köménymag, Majoranna, Örölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Virsli, Vöröshagyma	151,21kcal	5,46g	8,44g	12,71g	0,56g	0,82g	2,70g
Gomba krémleves tej-, lisztmentes Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	71,01kcal	2,39g	2,24g	10,19g	0,27g	0,08g	0,22g
Gomba leves Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	79,32kcal	2,76g	2,20g	11,76g	0,99g	0,09g	0,22g
Gombás sertésragu Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Örölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	135,88kcal	13,22g	8,57g	0,81g	0,25g	0,30g	0,40g
Gyümölcsrizs 'tejes' Összetétel: Fagy. alma, Kristálycukor, Rizs 'Diéta', Tej '1,5%'	221,10kcal	9,83g	4,60g	34,68g	31,50g	0,30g	2,70g
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
Joghurt Összetétel: Natúr joghurt	93,00kcal	5,10g	5,40g	6,00g	6,00g	0,15g	3,60g
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 Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kapor, Fejes káposzta, Fokhagyma, Kapor, Köménymag, Örölt fekete bors, Rizs 'Diéta', Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	242,81kcal	20,23g	9,25g	18,50g	0,21g	0,15g	0,21g
Karalábé leves Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Kiskocka tészta, Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma	59,78kcal	1,57g	1,24g	10,19g	3,54g	0,24g	0,13g
Kefír Összetétel: Kefír	90,00kcal	4,80g	5,25g	5,70g	5,70g	0,15g	3,45g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kenyér 'Adalékmentes' Összetétel: Adalékmentes kenyér	100,40kcal	2,96g	0,32g	20,80g	0,08g	0,56g	0,16g
Kifli (adalékmentes) Összetétel: Adalékmentes kifli 50g	182,50kcal	4,00g	0,40g	27,30g	0,10g	0,65g	0,20g
Köményes sertéssült Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	148,52kcal	16,84g	8,33g	0,65g	0,13g	0,15g	0,20g
Körözött 'házi' Összetétel: Csemege paprika, Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	28,15kcal	2,93g	1,37g	0,84g	0,04g	0,03g	0,00g
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
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
Mandarin Összetétel: Mandarin	27,00kcal	0,42g	0,00g	5,88g	0,00g	0,00g	0,00g
Meggyleves 'Liszt-, tejlmentes' 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 'tejlmentes' 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
Milánói makaróni Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gomba, Fokhagyma, Kristálycukor, Oregánó, Őrölt fekete bors, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	457,68kcal	14,84g	18,51g	56,03g	8,98g	0,18g	0,34g
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
Mini vaj Összetétel: Mini vaj	130,60kcal	2,00g	14,00g	0,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Molnárka (allergénmentes) Összetétel: Adalékmentes molnárka 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: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Mustáros sertésszelet (diéta) Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mustár, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	207,16kcal	17,35g	13,26g	3,65g	0,34g	0,01g	0,70g
Narancs Összetétel: Narancs	45,10kcal	0,66g	0,00g	9,35g	0,00g	0,00g	0,00g
Natúr sertésszelet Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	201,51kcal	17,23g	12,06g	5,05g	0,21g	0,30g	0,60g
Pápai sonka (diéta) Összetétel: Pápai sonka	32,00kcal	4,60g	1,40g	0,00g	0,00g	0,58g	0,00g
Paprikás burgonya sertéshússal Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma	411,93kcal	22,17g	16,35g	39,23g	0,76g	0,15g	1,02g
Paprikás sült hal Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Rizsliszt, Só 'jódozott'	102,51kcal	9,45g	4,20g	6,48g	0,00g	0,90g	0,41g
Paradicsom leves 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
Paradicsomos harcsapástétom Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom	100,80kcal	2,67g	9,15g	1,89g	0,06g	0,39g	1,23g
Paradicsomos káposzta Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Vöröshagyma	135,56kcal	3,87g	2,36g	24,61g	10,97g	0,07g	0,24g
Parajfőzelék tejjel Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. paraj, Fokhagyma, Kristálycukor, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	157,13kcal	6,42g	5,62g	20,34g	7,60g	0,40g	1,30g
Párolt csirkemell Összetétel: Csirkemell filé, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Só 'jódozott'	144,11kcal	20,02g	5,44g	3,26g	0,00g	0,30g	0,50g
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 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 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 túrókrém Összetétel: Félzsiros tehéntúró, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,56kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Pírított kukoricadara Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Só 'jódozott'	120,74kcal	2,00g	6,12g	14,00g	0,00g	0,06g	0,60g
Poharas tej Összetétel: Poharas tej	124,00kcal	6,80g	5,60g	10,60g	0,00g	0,00g	0,00g
Rakott brokkoli kölessel sajtos Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Köles, Köménymag, Liga margarin 70%, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Só 'jódozott, főzővíz', Tej '1,5%', Trappista sajt, Vöröshagyma	369,74kcal	23,91g	14,80g	30,88g	3,86g	0,56g	2,57g

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Rakott zöldbab tejfölös Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'Diéta', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	297,73kcal	14,23g	20,46g	11,18g	4,21g	0,05g	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
Rostos almálé Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Rostos ivólé 100% narancs Összetétel: 100%-os narancs dobozos gyümölcslé	88,00kcal	0,00g	0,00g	9,00g	0,00g	0,00g	0,00g
Sajtszórát Összetétel: Trappista sajt	47,10kcal	3,90g	3,45g	0,08g	0,00g	0,24g	2,25g
Sertés flekken Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma	189,93kcal	17,44g	10,28g	5,84g	0,42g	0,15g	0,41g
Sertés 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
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 hal kukoricadarával Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Kukoricadara, Őrölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'	100,44kcal	9,60g	4,32g	5,61g	0,00g	0,85g	0,40g
Szarvacská tészta gluténment. Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacská tészta	249,05kcal	2,40g	5,80g	46,20g	0,00g	0,15g	0,50g
Szilvaleves 'tejmentes' Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg	92,44kcal	0,75g	0,13g	21,53g	17,22g	0,01g	0,00g
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
Tarhonyás csirke (combfilé) Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tarhonya, Vöröshagyma	376,08kcal	19,77g	11,76g	45,91g	0,51g	0,30g	0,71g
Tárkonyos csirke raguleves 'tejmentes' Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Tárkony, Vöröshagyma	115,90kcal	11,19g	4,63g	6,81g	0,78g	0,26g	0,21g
Tauris Király szalámi Összetétel: Király szalámi	70,80kcal	2,72g	6,66g	0,15g	0,03g	0,47g	2,78g
Tea 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

Étlap melléklet

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

Étlap: 0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Időszak: 2025.04.01.-től 2025.04.30.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	88,00kcal	6,20g	3,00g	9,20g	9,20g	0,20g	1,80g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'Diéta', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	137,62kcal	6,51g	3,04g	21,17g	17,20g	0,20g	1,80g
Tejfölös túró (házi) Összetétel: Félzsíros tehéntúró, Só 'jódozott', Tejföl '12%'	24,50kcal	2,27g	1,35g	0,65g	0,00g	0,01g	0,00g
Teljes kiörlésű kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	100,80kcal	3,92g	0,45g	20,30g	0,27g	0,63g	0,18g
Toast sonkás felvágott (diéta) Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet	14,00kcal	2,06g	0,35g	0,67g	0,00g	0,50g	0,13g
Tört burgonya Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma	238,67kcal	5,03g	6,12g	37,01g	0,09g	0,30g	0,60g
Trappista sajt Összetétel: Trappista sajt	94,20kcal	7,80g	6,90g	0,15g	0,00g	0,48g	4,50g
Uborka Összetétel: Kigyó uborka	3,60kcal	0,30g	0,03g	0,51g	0,00g	0,00g	0,00g
Uborkasaláta Összetétel: Bioecet, Kigyó uborka, Kristálycukor, Só 'jódozott'	24,10kcal	0,60g	0,06g	5,02g	4,00g	0,01g	0,00g
Vadas pulykaapró Összetétel: Babérlevél, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Mustár, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tejföl '12%', Vöröshagyma	226,74kcal	18,10g	14,48g	4,87g	0,53g	0,22g	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
Vagdalt sertés(tojás-, lisztmentes) 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	0,06g	0,26g
Zala Kométa Összetétel: Zala felvágott	38,60kcal	2,60g	3,00g	0,30g	0,04g	0,33g	1,08g
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 Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Tej '1,5%'	226,21kcal	9,04g	4,90g	34,91g	15,84g	0,21g	0,84g
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

