

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

| Étel név , összetevő k  | Energia    | Fehérje | Zsír   | Szénhidrát | Cukor  | Só    | Telített zsír |
|---|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| <b>Adalékmentes kenyér Ebéd</b><br>Összetétel: Adalékmentes kenyér  | 75,30kcal  | 2,22g   | 0,24g  | 15,60g     | 0,06g  | 0,42g | 0,12g         |
| <b>Alma</b><br>Összetétel: Alma 'Idared'  | 34,10kcal  | 0,44g   | 0,00g  | 7,70g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| <b>Alma rostoslé 'dobozos'</b><br>Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé   | 88,00kcal  | 0,00g   | 0,00g  | 9,00g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| <b>Almaleves 'tejmentes'</b><br>Összetétel: Citrom, Fagy. alma, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg  | 107,37kcal | 0,79g   | 0,16g  | 24,72g     | 19,90g | 0,03g | 0,00g         |
| <b>Aprópecsenye sertés 'lisztmentes'</b><br>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         |
| <b>Bácskai rizseshús sertés</b><br>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         |
| <b>Baromfi párizsi (diéta)</b><br>Összetétel: Allergén mentes Csirkejő Baromfi Rúd  | 40,20kcal  | 2,00g   | 3,40g  | 0,40g      | 0,12g  | 0,40g | 1,20g         |
| <b>Bazsalikom csirkeragu</b><br>Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Só 'jódozott', Vöröshagyma  | 136,00kcal | 16,81g  | 6,93g  | 0,94g      | 0,21g  | 0,03g | 0,30g         |
| <b>Bebo margarin 10g</b><br>Összetétel: Bebo mini margarin  | 31,50kcal  | 0,00g   | 3,50g  | 0,00g      | 0,00g  | 0,00g | 0,70g         |
| <b>Brassói aprópecsenye</b><br>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         |
| <b>Brassói aprópecsenye csirkehús</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma   | 129,32kcal | 16,85g  | 6,01g  | 1,29g      | 0,34g  | 0,06g | 0,20g         |
| <b>Bugaci sertésragu</b><br>Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Kóménymag, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma  | 145,25kcal | 13,20g  | 8,24g  | 3,72g      | 0,51g  | 0,25g | 0,82g         |
| <b>Burgonyafelzék 'tejmentes'</b><br>Összetétel: Babérlevél, Bioecet, Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma  | 226,32kcal | 5,30g   | 2,50g  | 41,99g     | 0,13g  | 0,15g | 0,20g         |
| <b>Burgonyaleves (tejmentes)</b><br>Összetétel: Babérlevél, Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kóménymag, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma   | 110,30kcal | 2,62g   | 2,22g  | 18,63g     | 0,98g  | 0,04g | 0,22g         |
| <b>Burgonyapüré natur</b><br>Összetétel: Burgonya, Rizsital, Só 'jódozott'  | 200,00kcal | 5,20g   | 0,80g  | 39,20g     | 0,00g  | 0,03g | 0,00g         |
| <b>Chilis bab diéta</b><br>Összetétel: Bazsalikom, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. kukorica, Fokhagyma, Oregánó, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Szárzabab, Tartósítószermentes süritett paradicsom, Vöröshagyma | 338,45kcal | 20,04g  | 14,36g | 30,08g     | 1,16g  | 0,16g | 0,23g         |
| <b>Csemege uborka</b><br>Összetétel: Csemege uborka   | 8,40kcal   | 0,36g   | 0,06g  | 1,44g      | 1,14g  | 0,90g | 0,00g         |
| <b>Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'</b><br>Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma                               | 131,52kcal | 11,07g  | 7,27g  | 4,61g      | 0,21g  | 0,01g | 0,50g         |

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

| Étel név , összetevő k  | Energia    | Fehérje | Zsír   | Szénhidrát | Cukor  | Só    | Telített zsír |
|---|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| <b>Csirke pizza szelet Hyza</b><br>Összetétel: Csirke pizza szelet Hyza   | 18,00kcal  | 2,40g   | 0,58g  | 0,86g      | 0,00g  | 0,30g | 0,16g         |
| <b>Csirke májkrém 30g</b><br>Összetétel: Csirke májkrém 30g   | 79,20kcal  | 3,39g   | 6,57g  | 1,47g      | 0,00g  | 0,39g | 1,65g         |
| <b>Csirke májkrém 50g</b><br>Összetétel: Csirke májkrém 50g   | 132,00kcal | 5,65g   | 10,95g | 2,45g      | 0,00g  | 0,65g | 2,75g         |
| <b>Csirkepörkölt</b><br>Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Felső csirkecomb filé, Fokhagyma, Köménymag, Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma  | 186,09kcal | 17,14g  | 11,63g | 2,30g      | 0,68g  | 0,06g | 0,82g         |
| <b>Csontleves</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kacsaszelet, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Sertés csont, Só 'jódozott', Vöröshagyma   | 60,41kcal  | 1,04g   | 2,11g  | 9,16g      | 1,10g  | 0,04g | 0,22g         |
| <b>Darásmetélt</b><br>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         |
| <b>Finomfélék liszt, tejmentes'</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott'   | 200,78kcal | 6,58g   | 3,37g  | 34,11g     | 14,66g | 0,21g | 0,36g         |
| <b>Forgatott burgonya</b><br>Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'   | 221,16kcal | 5,00g   | 4,28g  | 36,80g     | 0,00g  | 0,30g | 0,40g         |
| <b>Főtt burgonya</b><br>Összetétel: Burgonya, Só 'jódozott'   | 94,00kcal  | 2,50g   | 0,30g  | 18,40g     | 0,00g  | 0,03g | 0,00g         |
| <b>Főtt virsli 'diéta'</b><br>Összetétel: Virsli  | 144,00kcal | 6,60g   | 12,60g | 1,02g      | 0,06g  | 1,32g | 4,98g         |
| <b>Gulyásleves sertéshússal</b><br>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         |
| <b>Házi pulykahúskrém</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Liga margarin, Pulykacomb felső filé, Só 'jódozott'   | 69,38kcal  | 4,29g   | 5,68g  | 0,13g      | 0,05g  | 0,09g | 0,80g         |
| <b>Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'</b><br>Összetétel: Liga margarin, Petrezselyem zöld, Sertés comb, Só 'jódozott'   | 50,66kcal  | 4,25g   | 3,62g  | 0,13g      | 0,05g  | 0,09g | 0,60g         |
| <b>Hentes sertésragu 'lisztmentes'</b><br>Összetétel: Csemege uborka, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Füstölt szalonna, Őrölt fekete bors, Pápai sonka, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma  | 142,96kcal | 15,31g  | 7,25g  | 3,19g      | 0,32g  | 0,50g | 0,41g         |
| <b>Húsgombóc sült tojással</b><br>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         |
| <b>Húsos tészta</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés lapocka, Só 'jódozott', Spagetti tészta, Vöröshagyma   | 420,14kcal | 12,97g  | 19,23g | 46,94g     | 0,25g  | 0,45g | 0,40g         |
| <b>Káposzta saláta</b><br>Összetétel: Bioecet, Fejes káposzta, Köménymag, Kristálycukor, Só 'jódozott'  | 58,56kcal  | 1,30g   | 0,17g  | 12,69g     | 8,00g  | 0,03g | 0,01g         |
| <b>Karalábéleves</b><br>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         |

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

| Étel név , összetevő k   | Energia    | Fehérje | Zsír   | Szénhidrát | Cukor  | Só    | Telített zsír |
|--|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| <b>Kenyér 'Adalékmentes'</b><br>Összetétel: Adalékmentes kenyér  | 100,40kcal | 2,96g   | 0,32g  | 20,80g     | 0,08g  | 0,56g | 0,16g         |
| <b>Kenyér 'Adalékmentes'</b><br>Összetétel: Adalékmentes kenyér  | 100,40kcal | 2,96g   | 0,32g  | 20,80g     | 0,08g  | 0,56g | 0,16g         |
| <b>Kertész leves (diéta)</b><br>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         |
| <b>Kifli (adalékmentes)</b><br>Összetétel: Adalékmentes kifli 50g  | 182,50kcal | 4,00g   | 0,40g  | 27,30g     | 0,10g  | 0,65g | 0,20g         |
| <b>Köles párolt zöldséggel</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. nyenc zöldség keverék, Fagy. pritamin 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         |
| <b>Lebbencs leves</b><br>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         |
| <b>Mákos metélt</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Mák, Porcukor, Só 'jódozott', Széles metélt tészta   | 421,84kcal | 4,50g   | 13,72g | 68,60g     | 18,04g | 0,30g | 1,48g         |
| <b>Meggye leves 'Liszt-, tejmentes'</b><br>Összetétel: Fagy. meggy, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg   | 85,04kcal  | 1,16g   | 0,15g  | 19,33g     | 15,35g | 0,03g | 0,00g         |
| <b>Miláni makaróni</b><br>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         |
| <b>Miri dzsem</b><br>Összetétel: Sárgabarack dzsem   | 62,50kcal  | 0,00g   | 0,00g  | 15,00g     | 13,25g | 0,00g | 0,00g         |
| <b>Miri méz</b><br>Összetétel: Miniméz 20g   | 60,00kcal  | 0,00g   | 0,00g  | 16,48g     | 16,42g | 0,00g | 0,00g         |
| <b>Molnárka (allergénmentes)</b><br>Összetétel: Adalékmentes molnárka 50g  | 159,00kcal | 3,85g   | 2,05g  | 30,45g     | 4,45g  | 0,35g | 0,35g         |
| <b>Mustáros sertésszelet (diéta)</b><br>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         |
| <b>Narancs</b><br>Összetétel: Narancs  | 45,10kcal  | 0,66g   | 0,00g  | 9,35g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| <b>Natúr sertésszelet</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Rizsliszt, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma  | 201,51kcal | 17,23g  | 12,06g | 5,05g      | 0,21g  | 0,30g | 0,60g         |
| <b>Orsó tészta</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', OrsóTészta, Só 'jódozott'   | 224,18kcal | 2,40g   | 3,04g  | 46,20g     | 0,00g  | 0,15g | 0,20g         |
| <b>őszibarack</b><br>Összetétel: Őszibarack  | 45,10kcal  | 0,77g   | 0,00g  | 9,90g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| <b>őszibarack leves 'Liszt-, tejmentes'</b><br>Összetétel: Fagy. őszibarack, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg  | 102,11kcal | 1,12g   | 0,38g  | 23,87g     | 19,90g | 0,04g | 0,00g         |

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

| Étel név , összetevő k  | Energia    | Fehérje | Zsír   | Szénhidrát | Cukor  | Só    | Telített zsír |
|---|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| <b>Pápai sonka (diéta)</b><br>Összetétel: Pápai sonka   | 32,00kcal  | 4,60g   | 1,40g  | 0,00g      | 0,00g  | 0,58g | 0,00g         |
| <b>Paprikás burgonya sertéshússal</b><br>Összetétel: Burgonya, Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Köménymag, Örölt fekete bors, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 411,93kcal | 22,17g  | 16,35g | 39,23g     | 0,76g  | 0,15g | 1,02g         |
| <b>Paradicsomleves</b><br>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         |
| <b>Paradicsommártás</b><br>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         |
| <b>Paradicsomos harcsapástétom</b><br>Összetétel: Paradicsomos harcsapástétom   | 100,80kcal | 2,67g   | 9,15g  | 1,89g      | 0,06g  | 0,39g | 1,23g         |
| <b>Párolt rizs</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma  | 204,74kcal | 3,85g   | 7,54g  | 47,56g     | 0,09g  | 0,09g | 0,80g         |
| <b>Párolt rizs</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma  | 121,15kcal | 2,56g   | 3,34g  | 31,67g     | 0,04g  | 0,06g | 0,35g         |
| <b>Párolt zöldségek inyenc</b><br>Összetétel: Fagy. inyenc zöldség keverék, Liga margarin kocka, Só 'jódozott'  | 73,66kcal  | 3,60g   | 1,60g  | 10,80g     | 0,00g  | 0,06g | 0,00g         |
| <b>Petrezselymes burgonya</b><br>Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott'   | 254,64kcal | 5,02g   | 7,96g  | 36,82g     | 0,00g  | 0,15g | 0,80g         |
| <b>Petrezselymes rizs</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma  | 240,52kcal | 3,93g   | 11,23g | 48,13g     | 0,34g  | 0,15g | 1,20g         |
| <b>Pulykaragu</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Örölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma              | 170,57kcal | 17,33g  | 9,24g  | 3,54g      | 0,44g  | 0,15g | 0,21g         |
| <b>Rizi-bizi</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Örölt fekete bors, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma   | 173,87kcal | 4,86g   | 5,80g  | 36,57g     | 2,09g  | 0,31g | 0,63g         |
| <b>Rizsleves</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma   | 48,66kcal  | 1,44g   | 1,14g  | 9,81g      | 1,39g  | 0,06g | 0,13g         |
| <b>Rizstej</b><br>Összetétel: Rizsital  | 120,00kcal | 2,00g   | 2,00g  | 24,00g     | 0,00g  | 0,20g | 0,00g         |
| <b>Rostonhal zöldf. szerez</b><br>Összetétel: Bazsalikom, Étolaj 'napraforgó', Kukoricaliszt, Oregánó, Örölt fekete bors, Pangasius halfilé, Só 'jódozott'                            | 143,56kcal | 9,39g   | 9,80g  | 4,31g      | 0,00g  | 0,90g | 1,00g         |
| <b>Rostos almálé</b><br>Összetétel: 100%-os alma dobozos gyümölcslé   | 88,00kcal  | 0,00g   | 0,00g  | 9,00g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| <b>Sertés sült</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Örölt fekete bors, Sertés karaj, Só 'jódozott', Vöröshagyma  | 140,02kcal | 16,84g  | 7,40g  | 0,62g      | 0,13g  | 0,01g | 0,10g         |
| <b>Sertésragu</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma   | 135,72kcal | 12,73g  | 8,55g  | 1,36g      | 0,51g  | 0,30g | 0,41g         |

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

| Étel név , összetevő k  | Energia    | Fehérje | Zsír   | Szénhidrát | Cukor  | Só    | Telített zsír |
|---|------------|---------|--------|------------|--------|-------|---------------|
| <b>Spagetti</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Spagetti tészta  | 267,07kcal | 2,80g   | 4,16g  | 53,90g     | 0,00g  | 0,15g | 0,30g         |
| <b>Sült csirkecomb</b><br>Összetétel: Csontos felső csirkecomb, Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott'  | 152,58kcal | 16,00g  | 7,04g  | 0,50g      | 0,00g  | 0,01g | 0,20g         |
| <b>Sült hal kukoricadarával</b><br>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         |
| <b>Sült virsli sertés 'diéta'</b><br>Összetétel: Virsli   | 144,00kcal | 6,60g   | 12,60g | 1,02g      | 0,06g  | 1,32g | 4,98g         |
| <b>Szarvacskateészta gluténmentes</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Só 'jódozott', Szarvacskateészta  | 249,05kcal | 2,40g   | 5,80g  | 46,20g     | 0,00g  | 0,15g | 0,50g         |
| <b>Szilvaleves 'tejmentes'</b><br>Összetétel: Fagy. szilva, Fahéj, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Szegfűszeg  | 92,44kcal  | 0,75g   | 0,13g  | 21,53g     | 17,22g | 0,01g | 0,00g         |
| <b>Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'</b><br>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         |
| <b>Tauris Királyszalámi</b><br>Összetétel: Király szalámi   | 70,80kcal  | 2,72g   | 6,66g  | 0,15g      | 0,03g  | 0,47g | 2,78g         |
| <b>Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes)</b><br>Összetétel: Allergén mentes zöldséges felvágott   | 34,40kcal  | 1,91g   | 2,77g  | 0,43g      | 0,05g  | 0,44g | 1,04g         |
| <b>Tavaszi leves 'lisztmentes'</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. karfiol, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Kiskockateészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 96,82kcal  | 2,56g   | 4,93g  | 10,01g     | 2,46g  | 0,09g | 0,53g         |
| <b>Tea citromos</b><br>Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű   | 20,72kcal  | 0,00g   | 0,00g  | 5,06g      | 5,05g  | 0,00g | 0,00g         |
| <b>Tea csipkebogyó</b><br>Összetétel: Citromlé 40%, Kristálycukor, Tea filteres   | 20,48kcal  | 0,00g   | 0,00g  | 5,04g      | 5,03g  | 0,00g | 0,00g         |
| <b>Toast sonkás felvágott (diéta)</b><br>Összetétel: Allergén mentes Toast sonkás szelet  | 14,00kcal  | 2,06g   | 0,35g  | 0,67g      | 0,00g  | 0,50g | 0,13g         |
| <b>Tökfélék 'tejmentes'</b><br>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         |
| <b>Tört burgonya</b><br>Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Őrölt fekete bors, Só 'jódozott', Vöröshagyma  | 238,67kcal | 5,03g   | 6,12g  | 37,01g     | 0,09g  | 0,30g | 0,60g         |
| <b>Uborka</b><br>Összetétel: Kigyó uborka   | 3,60kcal   | 0,30g   | 0,03g  | 0,51g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| <b>Vadás sertés szelet 'tejmentes'</b><br>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         |
| <b>Vagdalt pogácsa burgonyás</b><br>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         |

# Étlap melléklet

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

Étlap: 0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

Id szak: 2024.06.01.-től 2024.06.30.-ig

| Étel név , összetevő k  | Energia    | Fehérje | Zsír  | Szénhidrát | Cukor  | Só    | Telített zsír |
|---|------------|---------|-------|------------|--------|-------|---------------|
| <b>ZalaKomóta</b><br>Összetétel: Zala felvágott   | 38,60kcal  | 2,60g   | 3,00g | 0,30g      | 0,04g  | 0,33g | 1,08g         |
| <b>Zellerkrémleves 'tejmentes'</b><br>Összetétel: Betű tészta, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zeller, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma   | 62,13kcal  | 1,87g   | 1,43g | 10,36g     | 1,68g  | 0,10g | 0,16g         |
| <b>Zöldbab leves</b><br>Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma                                | 90,30kcal  | 3,18g   | 1,45g | 15,19g     | 2,41g  | 0,19g | 0,16g         |
| <b>Zöldbabfőzelék 'tejmentes'</b><br>Összetétel: Bioecet, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldbab, Fokhagyma, Kristálycukor, Rizsliszt, Só 'jódozott', Vöröshagyma   | 127,57kcal | 4,15g   | 4,19g | 17,06g     | 5,28g  | 0,02g | 0,47g         |
| <b>Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'</b><br>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         |
| <b>Zöldborsófőzelék 'tejmentes'</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Kristálycukor, Petrezselyem zöld, Rizsliszt, Só 'jódozott'   | 196,05kcal | 7,55g   | 4,26g | 30,31g     | 14,00g | 0,17g | 0,48g         |
| <b>Zöldborsós sertésragu</b><br>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         |
| <b>Zöldfűszeres harcsapástétom</b><br>Összetétel: Zöldfűszeres harcsapástétom   | 100,20kcal | 2,61g   | 9,12g | 1,77g      | 0,06g  | 0,39g | 1,23g         |
| <b>Zöldpaprika</b><br>Összetétel: Zöldpaprika   | 6,00kcal   | 0,36g   | 0,09g | 0,90g      | 0,00g  | 0,00g | 0,00g         |
| <b>Zöldszéles rakott burgonya</b><br>Összetétel: Burgonya, Étolaj 'napraforgó', Fokhagyma, Őrölt fekete bors, Rizsital, Rizsliszt, Sertés comb, Só 'jódozott', Vöröshagyma  | 341,24kcal | 18,06g  | 9,37g | 41,67g     | 0,17g  | 0,05g | 0,40g         |
| <b>Zöldszéles rizs</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. gyökér, Fagy. kukorica, Fagy. sárgarépa, Rizs 'A', Só 'jódozott'   | 167,24kcal | 3,86g   | 5,80g | 36,22g     | 1,01g  | 0,26g | 0,63g         |
| <b>Zöldszéles rizses 'pulyka'</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. sárgarépa, Fagy. zöldborsó, Őrölt fekete bors, Pulykacomb felső filé, Rizs 'A', Só 'jódozott', Vöröshagyma  | 181,96kcal | 7,70g   | 7,54g | 28,73g     | 2,01g  | 0,47g | 0,62g         |
| <b>Zöldszéles leves 'lisztmentes'</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma       | 69,90kcal  | 1,91g   | 2,65g | 9,11g      | 1,91g  | 0,21g | 0,28g         |
| <b>Zöldszéles leves 'tej-, cukormentes'</b><br>Összetétel: Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. karalábé, Fagy. sárgarépa, Fokhagyma, Kiskocka tészta, Őrölt fekete bors, Petrezselyem zöld, Só 'jódozott', Vöröshagyma | 68,62kcal  | 1,83g   | 2,61g | 8,90g      | 1,94g  | 0,07g | 0,27g         |
| <b>Zsemle (adalékmentes)</b><br>Összetétel: Adalékmentes zsemle 50g   | 143,00kcal | 4,35g   | 0,40g | 29,50g     | 0,15g  | 0,70g | 0,20g         |