

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2022.11.28.						
	EN=358,90kcal FH=10,71g ZS=6,58g SZH=63,79g CK=11,21g SÓ=1,96g TZS=3,77g	EN=165,65kcal FH=4,31g ZS=3,33g SZH=28,74g CK=0,23g SÓ=0,75g TZS=1,16g	EN=1 090,39kcal FH=38,75g ZS=40,22g SZH=139,13g CK=23,55g SÓ=1,96g TZS=3,23g	EN=1 116,72kcal FH=37,61g ZS=28,46g SZH=174,15g CK=46,05g SÓ=2,04g TZS=1,71g	EN=122,00kcal FH=1,50g ZS=1,44g SZH=25,00g CK=7,00g SÓ=0,02g TZS=0,60g	EN=658,72kcal FH=11,74g ZS=31,47g SZH=60,91g CK=0,99g SÓ=4,22g TZS=3,95g
KEDD 2022.11.29.						
	EN=313,75kcal FH=11,34g ZS=11,83g SZH=40,40g CK=10,45g SÓ=1,85g TZS=4,16g	EN=186,85kcal FH=3,53g ZS=1,16g SZH=41,25g CK=18,05g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=831,92kcal FH=27,18g ZS=37,91g SZH=87,20g CK=2,53g SÓ=3,15g TZS=8,82g	EN=800,39kcal FH=28,60g ZS=40,49g SZH=72,27g CK=2,43g SÓ=3,10g TZS=3,40g	EN=147,50kcal FH=4,05g ZS=1,35g SZH=28,90g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g	EN=790,89kcal FH=31,64g ZS=33,04g SZH=86,17g CK=6,11g SÓ=4,33g TZS=1,13g
SZERDA 2022.11.30.						
	EN=373,99kcal FH=13,04g ZS=11,59g SZH=53,05g CK=24,04g SÓ=1,03g TZS=6,18g	EN=180,12kcal FH=4,33g ZS=3,59g SZH=31,46g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=782,99kcal FH=29,42g ZS=36,86g SZH=80,83g CK=5,24g SÓ=2,05g TZS=1,82g	EN=786,74kcal FH=28,96g ZS=44,16g SZH=93,53g CK=2,01g SÓ=2,94g TZS=3,10g	EN=227,05kcal FH=6,14g ZS=10,28g SZH=26,54g CK=1,69g SÓ=0,86g TZS=1,83g	EN=751,76kcal FH=29,39g ZS=28,51g SZH=87,26g CK=16,94g SÓ=3,17g TZS=5,75g
CSÜTÖRTÖK 2022.12.01.	Csipkebogyó tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Bebó Mini Margarin; Zsemle (1)*;	Karalábéleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*;	Karalábéleves (1, 3, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Burgonyafőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Alma dobozos üdítő;	Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Párolt rizs (5)*;
	EN=441,10kcal FH=12,68g ZS=16,20g SZH=60,66g CK=11,28g SÓ=2,42g TZS=6,18g	EN=171,95kcal FH=4,24g ZS=4,03g SZH=28,67g CK=0,16g SÓ=0,64g TZS=1,02g	EN=738,31kcal FH=29,92g ZS=30,68g SZH=83,77g CK=12,01g SÓ=3,19g TZS=5,77g	EN=751,10kcal FH=28,11g ZS=31,93g SZH=79,74g CK=4,69g SÓ=3,37g TZS=2,00g	EN=84,20kcal FH=0,30g ZS=0,08g SZH=20,50g CK=20,00g SÓ=0,00g TZS=0,03g	EN=529,45kcal FH=28,48g ZS=17,24g SZH=93,01g CK=7,23g SÓ=1,64g TZS=1,27g
PÉNTEK 2022.12.02.	Citromos tea; Házi körözött (2)*; Zsemle (1)*;	Molnárka (1, 2, 3)*; Alma;	BrokkolikréMLEVES (1, 2, 5, 6)*; Aprópecsenye (5)*; Hagymás burgonya;	BrokkolikréMLEVES (1, 2, 5, 6)*; Mexikói csirkemáj ragu (1, 5)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma;	Kockasajt (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Bebó Mini Margarin; Kifli (1, 2)*; Túrós bukta (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=254,81kcal FH=11,64g ZS=4,25g SZH=40,84g CK=10,25g SÓ=0,91g TZS=0,32g	EN=218,30kcal FH=4,52g ZS=3,90g SZH=39,83g CK=4,95g SÓ=0,39g TZS=2,04g	EN=751,34kcal FH=29,16g ZS=38,10g SZH=64,26g CK=3,05g SÓ=2,52g TZS=1,36g	EN=708,94kcal FH=36,13g ZS=22,11g SZH=117,11g CK=4,36g SÓ=2,90g TZS=1,76g	EN=286,80kcal FH=9,61g ZS=4,40g SZH=52,17g CK=1,17g SÓ=1,88g TZS=2,34g	EN=425,75kcal FH=13,19g ZS=9,91g SZH=68,87g CK=13,53g SÓ=0,81g TZS=1,37g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Közéiskola

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

**"Suli-Host Étkeztetési
Rendszer 3.0"**

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2022.12.05.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Bebo Mini Margarin; Kifli (1, 2)*;	Lencsegulyásleves (1, 2, 11)*; Tejbedara (1, 2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*;	Lencsegulyásleves (1, 2, 11)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*;	Joghurt (2)*; Zsemle (1)*;	Provanszi csirkemájragu (1, 5)*; Párolt rizs (5)*;
	EN=409,60kcal FH=15,08g ZS=12,20g SZH=61,06g CK=11,53g SÓ=2,47g TZS=3,93g	EN=158,35kcal FH=3,53g ZS=4,66g SZH=24,77g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=1,30g	EN=804,79kcal FH=35,39g ZS=28,69g SZH=97,20g CK=47,54g SÓ=1,64g TZS=6,07g	EN=1 026,31kcal FH=38,09g ZS=46,77g SZH=109,09g CK=23,48g SÓ=1,40g TZS=1,42g	EN=233,45kcal FH=9,34g ZS=5,93g SZH=34,67g CK=6,16g SÓ=0,79g TZS=3,92g	EN=499,28kcal FH=27,23g ZS=18,23g SZH=85,10g CK=0,84g SÓ=1,70g TZS=1,52g
KEDD 2022.12.06.	Főzött kakaó (2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Méz; Fonottka (1, 2)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; Főtt burgonya; Félbarna kenyér (1)*;	Bebo Mini Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Csirke csíkok pirítva (1)*; Finomfőzelék (1, 2)*;
	EN=473,84kcal FH=16,88g ZS=11,96g SZH=74,21g CK=25,12g SÓ=1,66g TZS=5,95g	EN=207,50kcal FH=4,05g ZS=1,35g SZH=45,38g CK=18,32g SÓ=0,50g TZS=0,70g	EN=697,80kcal FH=34,20g ZS=20,08g SZH=83,11g CK=11,71g SÓ=3,07g TZS=1,91g	EN=768,12kcal FH=28,80g ZS=26,71g SZH=102,80g CK=24,23g SÓ=3,00g TZS=1,16g	EN=283,80kcal FH=8,73g ZS=4,58g SZH=51,84g CK=1,17g SÓ=1,26g TZS=0,79g	EN=439,72kcal FH=26,16g ZS=13,52g SZH=51,32g CK=15,89g SÓ=1,67g TZS=1,97g
SZERDA 2022.12.07.	Csipkebogyó tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóborka;	Alma dobozos üdítő;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Gombás sertésragu (1, 2, 5)*; Párolt rizs (5)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Félbarna kenyér (1)*;	Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Spagetti (1)*;
	EN=427,70kcal FH=13,35g ZS=12,24g SZH=62,58g CK=11,36g SÓ=1,82g TZS=4,10g	EN=84,20kcal FH=0,30g ZS=0,08g SZH=20,50g CK=20,00g SÓ=0,00g TZS=0,03g	EN=834,65kcal FH=28,32g ZS=38,99g SZH=117,20g CK=2,20g SÓ=2,83g TZS=2,63g	EN=786,79kcal FH=24,71g ZS=23,26g SZH=111,20g CK=1,41g SÓ=3,36g TZS=5,08g	EN=313,20kcal FH=8,31g ZS=5,40g SZH=57,84g CK=1,17g SÓ=1,26g TZS=0,09g	EN=714,04kcal FH=26,32g ZS=33,15g SZH=75,46g CK=6,99g SÓ=1,15g TZS=1,54g
CSÜTÖRTÖK 2022.12.08.	Meggyes gyümölcs Tea; Pritaminos tonhalmástétom (2, 3, 4, 9, 11)*; Zsemle (1)*;	Bebo Mini Margarin; Kifli (1, 2)*; Alma;	Hamis gulyásleves (1, 3, 5)*; Túrós tészta (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Hamis gulyásleves (1, 3, 5)*; Spagetti carbonara (1, 2)*; Sajt szórat (2)*;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Párolt sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*;
	EN=340,66kcal FH=8,28g ZS=15,16g SZH=40,95g CK=10,63g SÓ=1,08g TZS=3,50g	EN=201,75kcal FH=4,09g ZS=4,66g SZH=34,57g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=1,30g	EN=866,83kcal FH=33,72g ZS=20,55g SZH=133,52g CK=26,04g SÓ=2,20g TZS=1,56g	EN=821,51kcal FH=30,96g ZS=33,07g SZH=96,84g CK=6,62g SÓ=3,43g TZS=6,09g	EN=180,12kcal FH=4,33g ZS=3,59g SZH=31,46g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=476,79kcal FH=28,93g ZS=14,58g SZH=51,29g CK=2,00g SÓ=1,52g TZS=2,35g
PÉNTEK 2022.12.09.	Tej (2)*; Kalácska (1, 2, 3)*;	Dzsem (db) (13)*; Kifli (1, 2)*;	Rostos gyümölcsle; Húsos tarhonya (1, 5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Rostos gyümölcsle; Rizshús (5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Sajtos pogácsa (1, 2)*;	Bebo Mini Margarin; Zsemle (1)*; Alma; Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=479,00kcal FH=17,40g ZS=12,00g SZH=74,10g CK=23,10g SÓ=1,09g TZS=6,80g	EN=189,35kcal FH=3,53g ZS=1,16g SZH=39,77g CK=14,88g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=801,44kcal FH=31,81g ZS=33,04g SZH=90,48g CK=10,88g SÓ=2,50g TZS=1,10g	EN=722,52kcal FH=27,61g ZS=37,96g SZH=93,49g CK=7,36g SÓ=2,30g TZS=1,22g	EN=270,90kcal FH=6,65g ZS=9,94g SZH=37,59g CK=1,26g SÓ=1,89g TZS=4,97g	EN=507,95kcal FH=8,58g ZS=18,66g SZH=73,96g CK=12,69g SÓ=1,13g TZS=8,37g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Közéiskola

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

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2022.12.12.	Csipkebogyó tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Gránátos kocka (1)*;	Kifli (1, 2)*; Alma;	Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*;
	EN=409,10kcal FH=14,18g ZS=11,70g SZH=61,41g CK=11,53g SÓ=2,37g TZS=3,93g	EN=180,12kcal FH=4,33g ZS=3,59g SZH=31,46g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=862,40kcal FH=31,17g ZS=36,33g SZH=99,96g CK=22,63g SÓ=1,58g TZS=1,80g	EN=722,95kcal FH=29,00g ZS=19,20g SZH=105,49g CK=5,96g SÓ=2,16g TZS=1,94g	EN=170,25kcal FH=4,09g ZS=1,16g SZH=34,57g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=676,67kcal FH=21,65g ZS=33,59g SZH=64,84g CK=0,85g SÓ=1,90g TZS=8,31g
KEDD 2022.12.13.	Citromos tea; Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Alma dobozos üdítő;	Csontleves csigatésztával (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11)*; Kuskusz (1, 5)*;	Csontleves csigatésztával (1, 3, 5)*; Brassói aprópecsenye (1, 5)*; Forgatott burgonya;	Joghurt (2)*; Zsemle (1)*;	Citromos tea; Pizza (1, 2)*;
	EN=362,56kcal FH=15,21g ZS=4,12g SZH=65,61g CK=14,99g SÓ=1,26g TZS=0,09g	EN=84,20kcal FH=0,30g ZS=0,08g SZH=20,50g CK=20,00g SÓ=0,00g TZS=0,03g	EN=820,04kcal FH=30,38g ZS=38,19g SZH=83,19g CK=5,97g SÓ=3,56g TZS=3,00g	EN=758,56kcal FH=27,63g ZS=37,68g SZH=68,48g CK=1,69g SÓ=3,27g TZS=1,42g	EN=233,45kcal FH=9,34g ZS=5,93g SZH=34,67g CK=6,16g SÓ=0,79g TZS=3,92g	EN=751,76kcal FH=29,39g ZS=28,51g SZH=87,26g CK=16,94g SÓ=3,17g TZS=5,75g
SZERDA 2022.12.14.	Főzött kakaó (2, 4)*; Kifli (1, 2)*;	Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; Alma;	Lebbencsleves (1, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Finomfőzelék (1, 2)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Székelykáposzta (1, 2, 6)*; Félbarna kenyér (1)*;	Molnárika (1, 2, 3)*; Liga Margarin;	Gyrosos sertés aprópecsenye (1, 5)*; Mexikói rizs (5)*;
	EN=335,19kcal FH=12,33g ZS=9,42g SZH=48,87g CK=25,51g SÓ=0,75g TZS=5,62g	EN=122,00kcal FH=1,50g ZS=1,44g SZH=25,00g CK=7,00g SÓ=0,02g TZS=0,60g	EN=724,78kcal FH=29,10g ZS=31,42g SZH=75,58g CK=19,06g SÓ=2,91g TZS=2,92g	EN=701,75kcal FH=27,76g ZS=30,25g SZH=80,48g CK=3,30g SÓ=8,48g TZS=1,67g	EN=200,10kcal FH=4,03g ZS=6,71g SZH=30,10g CK=5,02g SÓ=0,50g TZS=2,88g	EN=668,51kcal FH=25,99g ZS=36,04g SZH=83,00g CK=3,71g SÓ=2,28g TZS=1,26g
CSÜTÖRTÖK 2022.12.15.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Zsemle (1)*;	Méz; Kifli (1, 2)*;	Csurgatott tojásleves (1, 3, 5)*; Sertésrizottó (5)*; Alma;	Csurgatott tojásleves (1, 3, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Briós (1, 2, 3)*;	Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Tökfőzelék (1, 2)*;
	EN=320,65kcal FH=14,10g ZS=9,43g SZH=44,07g CK=14,31g SÓ=1,11g TZS=3,32g	EN=186,85kcal FH=3,53g ZS=1,16g SZH=41,25g CK=18,05g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=804,24kcal FH=30,08g ZS=43,03g SZH=94,20g CK=3,69g SÓ=2,92g TZS=2,55g	EN=775,81kcal FH=40,35g ZS=28,21g SZH=84,03g CK=5,53g SÓ=2,24g TZS=1,43g	EN=274,40kcal FH=5,53g ZS=5,25g SZH=50,12g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=468,94kcal FH=20,28g ZS=26,94g SZH=32,20g CK=12,97g SÓ=1,44g TZS=0,96g
PÉNTEK 2022.12.16.	Citromos tea; Főtt tojás (3)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Joghurt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Almaleves (1, 2)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Rizibizi (5)*; Vegyes saláta;	Almaleves (1, 2)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Törtburgonya (5)*;	Fonottka (1, 2)*;	Bebo Mini Margarin; Kifli (1, 2)*; Alma; Lekváros bukta (1, 2, 3)*;
	EN=379,45kcal FH=13,03g ZS=8,11g SZH=60,48g CK=11,46g SÓ=1,53g TZS=2,28g	EN=219,85kcal FH=8,63g ZS=6,56g SZH=30,77g CK=7,63g SÓ=0,62g TZS=4,20g	EN=772,65kcal FH=21,05g ZS=20,87g SZH=148,21g CK=42,13g SÓ=2,89g TZS=4,89g	EN=777,11kcal FH=23,19g ZS=33,09g SZH=88,52g CK=31,52g SÓ=1,62g TZS=1,58g	EN=147,50kcal FH=4,05g ZS=1,35g SZH=28,90g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g	EN=460,75kcal FH=8,50g ZS=8,93g SZH=83,99g CK=18,22g SÓ=0,96g TZS=3,47g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Közéiskola

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

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

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

14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2022.12.19.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Dzsem (db) (13)*; Kifli (1, 2)*;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Szárazbabfőzelék (1, 2)*;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Rizseshús (5)*;
	EN=409,60kcal FH=15,08g ZS=12,20g SZH=61,06g CK=11,53g SÓ=2,47g TZS=3,93g	EN=189,35kcal FH=3,53g ZS=1,16g SZH=39,77g CK=14,88g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=798,78kcal FH=39,06g ZS=36,77g SZH=72,91g CK=3,89g SÓ=2,60g TZS=1,21g	EN=810,88kcal FH=28,12g ZS=48,22g SZH=60,79g CK=2,81g SÓ=4,61g TZS=16,49g	EN=180,12kcal FH=4,33g ZS=3,59g SZH=31,46g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=660,97kcal FH=25,91g ZS=37,67g SZH=80,74g CK=0,58g SÓ=1,85g TZS=1,21g
KEDD 2022.12.20.	Zöldtea-citrusos; Pritaminos tonhalpástétom (2, 3, 4, 9, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Alma dobozos üdítő;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Fokhagymás aprópecsenye (1, 5)*; Párolt rizs (5)*;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Spenót (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Csirkemájkrém 50g; Kifli (1, 2)*;	Temesvári sertésszelet (1, 2, 5)*; Petrezselymes rizs (5)*;
	EN=440,51kcal FH=12,05g ZS=15,53g SZH=62,32g CK=11,64g SÓ=1,70g TZS=3,27g	EN=84,20kcal FH=0,30g ZS=0,08g SZH=20,50g CK=20,00g SÓ=0,00g TZS=0,03g	EN=793,21kcal FH=28,28g ZS=40,62g SZH=103,37g CK=1,54g SÓ=2,82g TZS=2,25g	EN=739,30kcal FH=31,35g ZS=33,25g SZH=74,38g CK=8,75g SÓ=3,23g TZS=2,92g	EN=258,85kcal FH=9,18g ZS=12,11g SZH=27,22g CK=1,63g SÓ=1,12g TZS=3,35g	EN=582,98kcal FH=29,60g ZS=25,21g SZH=85,99g CK=1,56g SÓ=2,00g TZS=2,40g
SZERDA 2022.12.21.	Tejeskávé (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Fonotkka (1, 2)*; Alma;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Tejberizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*;	Zsemle (1)*; Liga Margarin; Csemege szalámi;	Alma; Kifli (1, 2)*; Bebo Mini Margarin; Sajtos pogácsa (1, 2)*;
	EN=348,77kcal FH=12,53g ZS=9,11g SZH=52,61g CK=25,54g SÓ=0,77g TZS=5,38g	EN=190,90kcal FH=4,61g ZS=1,35g SZH=38,70g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g	EN=927,10kcal FH=26,99g ZS=28,33g SZH=138,33g CK=42,61g SÓ=1,61g TZS=1,67g	EN=707,23kcal FH=25,85g ZS=25,34g SZH=111,79g CK=44,44g SÓ=1,72g TZS=4,99g	EN=296,65kcal FH=8,81g ZS=15,83g SZH=28,74g CK=0,23g SÓ=1,80g TZS=6,41g	EN=472,65kcal FH=10,74g ZS=14,60g SZH=72,16g CK=2,89g SÓ=2,36g TZS=6,27g
CSÜTÖRTÖK 2022.12.22.	Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Lekvár; Félbarna kenyér (1)*;	Meggyileves (1, 2)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*;	Meggyileves (1, 2)*; Bakonyi aprópecsenye (1, 2)*; Bulgur (1, 5)*;	Molnárka (1, 2, 3)*; Alma;	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Mustár (11)*;
	EN=405,10kcal FH=14,08g ZS=11,70g SZH=60,91g CK=11,53g SÓ=2,37g TZS=3,93g	EN=326,40kcal FH=8,14g ZS=0,94g SZH=71,11g CK=22,17g SÓ=1,29g TZS=0,09g	EN=788,09kcal FH=28,81g ZS=31,58g SZH=93,06g CK=27,52g SÓ=1,70g TZS=1,18g	EN=885,48kcal FH=27,36g ZS=35,46g SZH=101,44g CK=29,30g SÓ=2,23g TZS=2,72g	EN=218,30kcal FH=4,52g ZS=3,90g SZH=39,83g CK=4,95g SÓ=0,39g TZS=2,04g	EN=699,32kcal FH=11,74g ZS=31,47g SZH=70,96g CK=11,03g SÓ=4,22g TZS=3,95g
PÉNTEK 2022.12.23.	Erdei gyümölcs tea; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Zsemle (1)*; Liga Margarin; Alma;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Sajtos metélt (1)*; Tejföl (2)*; Sajt szórát (2)*;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Húsos lecsó;
	EN=358,90kcal FH=10,71g ZS=6,58g SZH=63,79g CK=11,21g SÓ=1,96g TZS=3,77g	EN=209,05kcal FH=4,87g ZS=3,33g SZH=38,54g CK=0,23g SÓ=0,75g TZS=1,16g	EN=784,29kcal FH=33,68g ZS=34,99g SZH=81,13g CK=6,93g SÓ=1,97g TZS=5,80g	EN=910,17kcal FH=29,06g ZS=39,63g SZH=105,63g CK=25,44g SÓ=1,42g TZS=3,13g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=521,46kcal FH=21,40g ZS=26,73g SZH=63,31g CK=6,64g SÓ=4,76g TZS=0,51g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

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

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Közéiskola

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

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"