

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2021.03.08.	Jeges tea; Diákcsemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóborka;	Túrós bukta (1, 2, 3)*;	Frankfurti leves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;		Lapkasajt (2)*; Margarin mini 'Riso'; Zsemle (1)*;	Fasírt (1, 3, 5)*; Paradicsomos káposzta-f zelék (1, 5)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=441,40kcal FH=9,38g ZS=12,45g SZH=73,07g CK=0,52g SÓ=1,74g TZS=4,76g	EN=224,00kcal FH=9,10g ZS=5,25g SZH=34,30g CK=11,90g SÓ=0,34g TZS=0,07g	EN=907,54kcal FH=21,02g ZS=39,57g SZH=106,72g CK=18,82g SÓ=2,29g TZS=2,47g		EN=318,55kcal FH=17,24g ZS=14,53g SZH=28,67g CK=0,16g SÓ=1,64g TZS=7,82g	EN=556,66kcal FH=20,61g ZS=25,58g SZH=59,23g CK=16,85g SÓ=1,98g TZS=1,33g
KEDD 2021.03.09.	Poharas tej (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Zsemle (1)*;	Magyaros burgonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Zöldborsós csirkemájás sertésragu (5)*; Bulgur (1, 5)*; Céklasaláta (6, 15)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;		Kockasajt (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*;	Forgatott burgonya; Brassói aprópecsenye (5)*; Céklasaláta (6, 15)*;
	EN=380,90kcal FH=16,42g ZS=14,82g SZH=44,46g CK=0,36g SÓ=1,89g TZS=5,76g	EN=240,65kcal FH=6,85g ZS=9,65g SZH=30,44g CK=0,22g SÓ=1,03g TZS=1,55g	EN=911,24kcal FH=35,75g ZS=39,42g SZH=92,66g CK=5,72g SÓ=5,53g TZS=5,72g		EN=267,90kcal FH=7,16g ZS=10,90g SZH=34,29g CK=4,95g SÓ=1,63g TZS=6,54g	EN=595,49kcal FH=23,15g ZS=31,73g SZH=48,21g CK=2,06g SÓ=3,71g TZS=0,91g
SZERDA 2021.03.10.	Poharas tej (2)*; Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Margarin mini 'Riso'; Kifli (1, 2)*; Banán;	Daragaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Székelykáposzta (1, 2, 3, 5, 6, 11)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;		Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Sajtos spagetti (1)*; Sajt (2)*; Tejföl (2)*; Alma;
	EN=365,60kcal FH=16,02g ZS=15,80g SZH=38,82g CK=0,88g SÓ=1,72g TZS=4,16g	EN=275,45kcal FH=5,09g ZS=3,66g SZH=53,81g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=709,92kcal FH=26,72g ZS=29,88g SZH=83,78g CK=8,41g SÓ=7,52g TZS=1,97g		EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g	EN=466,43kcal FH=16,29g ZS=16,52g SZH=62,22g CK=2,80g SÓ=0,88g TZS=4,66g
CSÜTÖRTÖK 2021.03.11.	Poharas tej (2)*; Olasz felvágott (1, 4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Hosszú zsemle (1)*; Dzsem (13)*;	Zöldbableves (1, 2, 3, 5, 11)*; Bükki aprópecsenye (1, 2, 4, 5)*; Törtburgonya (5)*; Alma;		Joghurt (2)*; Fonottka 'Napraforgómagos' (1, 2, 3)*; Alma;	Tea 'Citromos'; Pizza (1, 2)*;
	EN=397,15kcal FH=16,74g ZS=17,03g SZH=42,35g CK=0,36g SÓ=1,65g TZS=4,48g	EN=198,71kcal FH=4,08g ZS=0,53g SZH=42,77g CK=13,41g SÓ=0,64g TZS=0,32g	EN=711,07kcal FH=23,90g ZS=36,02g SZH=64,83g CK=3,74g SÓ=2,47g TZS=2,02g		EN=366,60kcal FH=11,10g ZS=12,30g SZH=51,00g CK=12,00g SÓ=0,57g TZS=6,24g	EN=655,55kcal FH=24,15g ZS=27,66g SZH=71,61g CK=16,58g SÓ=2,35g TZS=5,04g
PÉNTEK 2021.03.12.	Jeges tea; Házi körözött (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Poharas tej (2)*; Fonottka (1, 2, 3)*; Mandarin;	Szárnyraguleves (1, 2, 3, 5)*; Túrós tészta (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*;		Májkrém; Hosszú zsemle (1)*;	Ásványvíz; Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=370,51kcal FH=11,07g ZS=3,34g SZH=73,67g CK=0,40g SÓ=1,11g TZS=0,24g	EN=350,50kcal FH=11,49g ZS=9,95g SZH=51,46g CK=4,50g SÓ=0,41g TZS=1,95g	EN=686,74kcal FH=35,90g ZS=20,68g SZH=87,30g CK=23,27g SÓ=1,33g TZS=0,89g		EN=295,21kcal FH=8,68g ZS=15,83g SZH=28,32g CK=0,16g SÓ=1,38g TZS=6,12g	EN=639,30kcal FH=14,03g ZS=23,95g SZH=89,29g CK=15,80g SÓ=2,68g TZS=13,05g

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:

Rendkívüli szoc Koll Önk 5x

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; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"