

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTF</b> 2023.01.02.	Gyümölcsstea (gyermek); Harcsapástétom paradicsomos (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Körtepüré;	Párolt csirkemell; Tökf zelék 'tej-, lisztmentes'; Tört burgonya;	Csipkebogyótea; Pulykahúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;
	EN=222,28kcal FH=5,65g ZS=9,47g SZH=27,78g CK=5,14g SÓ=0,95g TZS=1,39g	EN=36,40kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=282,06kcal FH=16,92g ZS=6,00g SZH=37,85g CK=7,33g SÓ=0,20g TZS=0,64g	EN=183,46kcal FH=8,45g ZS=4,53g SZH=26,46g CK=5,08g SÓ=0,59g TZS=0,16g
<b>KEDD</b> 2023.01.03.	Gyümölcsstea (gyermek); Tauris zöldséges felvágott; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma, víz;	Párolt pulykamell; Sóska felék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Rostos ivólé 100% narancs (15)*; Pritaminos petrezselymes sertéshúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;
	EN=178,78kcal FH=4,41g ZS=5,90g SZH=26,22g CK=5,11g SÓ=0,89g TZS=1,64g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=332,45kcal FH=19,27g ZS=6,98g SZH=43,60g CK=8,00g SÓ=0,24g TZS=0,50g	EN=257,33kcal FH=7,53g ZS=5,48g SZH=30,74g CK=0,26g SÓ=0,59g TZS=0,16g
<b>SZERDA</b> 2023.01.04.	Csipkebogyótea; Pulykahúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Banán, víz;	Párolt csirkemell; szibarack mártás 'tejmentes'; Pirított kukoricadara;	Gyümölcsstea (gyermek); Csirkejő baromfi rúd 'Allergénmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=185,86kcal FH=8,51g ZS=4,59g SZH=26,85g CK=5,08g SÓ=0,59g TZS=0,16g	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=311,44kcal FH=16,09g ZS=8,03g SZH=43,11g CK=18,80g SÓ=0,28g TZS=0,70g	EN=183,13kcal FH=4,48g ZS=6,37g SZH=26,19g CK=5,17g SÓ=0,86g TZS=1,76g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2023.01.05.	Gyümölcsstea (gyermek); Sonkakrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Alma, víz;	Párolt sertéshús 'darált'; Süt tökös almamártás 'tejmentes'; F tt burgonya;	Rostos ivólé 100% alma; Pulykasült 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=158,08kcal FH=6,75g ZS=2,40g SZH=26,43g CK=5,11g SÓ=1,04g TZS=0,46g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=351,34kcal FH=14,20g ZS=9,36g SZH=49,60g CK=19,60g SÓ=0,13g TZS=0,53g	EN=262,94kcal FH=9,44g ZS=5,59g SZH=29,90g CK=0,08g SÓ=0,59g TZS=0,96g
<b>PÉNTEK</b> 2023.01.06.	Csipkebogyótea; Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lisztmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma, víz;	Párolt csirkemell; Burgonyaf zelék 'tejmentes'; Banán, víz;	Gyümölcsstea (gyermek); Sertéshúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=176,71kcal FH=6,42g ZS=4,87g SZH=25,87g CK=5,08g SÓ=0,99g TZS=0,86g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=417,44kcal FH=18,51g ZS=8,56g SZH=62,60g CK=0,17g SÓ=0,15g TZS=0,80g	EN=193,48kcal FH=7,62g ZS=5,54g SZH=27,41g CK=5,35g SÓ=0,59g TZS=0,16g

**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:**

**2200A1 Tejmentes 'Tipeg'**

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=Rákkfélek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid;  
14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTF</b> 2023.01.09.	Csipkebogyótea; Harcsapástétom zöldf szeres (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Alma, víz;	Párolt csirkemell; Kelkáposztaf zelék tej,lisztmentes; Tört burgonya;	Gyümölcstea (gyermek); Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=225,01kcal FH=5,88g ZS=9,47g SZH=28,15g CK=5,14g SÓ=0,95g TZS=1,39g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=337,62kcal FH=19,09g ZS=7,79g SZH=44,75g CK=0,00g SÓ=0,21g TZS=0,70g	EN=215,48kcal FH=2,98g ZS=3,82g SZH=40,89g CK=18,33g SÓ=0,56g TZS=0,86g
<b>KEDD</b> 2023.01.10.	Gyümölcstea (gyermek); Sonkacrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Alma, víz;	Párolt pulykamell; Alma-fehérrépa zelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Csipkebogyótea; Csibemájaskrém ; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=160,48kcal FH=6,81g ZS=2,46g SZH=26,82g CK=5,11g SÓ=1,04g TZS=0,46g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=366,51kcal FH=18,15g ZS=8,67g SZH=52,02g CK=10,50g SÓ=0,32g TZS=0,65g	EN=200,41kcal FH=6,36g ZS=6,89g SZH=27,34g CK=5,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g
<b>SZERDA</b> 2023.01.11.	Csipkebogyótea; Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lisztmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma-körtepüré 100g ;	Párolt sertéshús 'darált'; Zöldborsóf zelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Gyümölcstea (gyermek); Csibehúskrém ligával 'gluténmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=176,71kcal FH=6,42g ZS=4,87g SZH=25,87g CK=5,08g SÓ=0,99g TZS=0,86g	EN=53,00kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=12,10g CK=11,50g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=425,60kcal FH=22,48g ZS=12,13g SZH=52,60g CK=10,50g SÓ=0,20g TZS=0,85g	EN=186,96kcal FH=8,28g ZS=4,81g SZH=26,89g CK=5,08g SÓ=0,59g TZS=0,16g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2023.01.12.	Gyümölcstea (gyermek); Párizsikrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Banán, víz;	Párolt csirkemell; Karfiolf zelék 'tejmentes'; Tört burgonya; Alma, víz;	Csipkebogyótea; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=164,23kcal FH=4,80g ZS=3,90g SZH=26,73g CK=5,20g SÓ=0,90g TZS=1,36g	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=319,92kcal FH=18,42g ZS=8,80g SZH=39,27g CK=4,14g SÓ=0,29g TZS=0,85g	EN=181,66kcal FH=4,92g ZS=6,07g SZH=26,09g CK=5,11g SÓ=0,81g TZS=1,67g
<b>PÉNTEK</b> 2023.01.13.	Csipkebogyótea; Karottás csirkehúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma, víz;	Párolt pulykamell; Alma-cékla zelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Rostos ivólé 100% narancs (15)*; Tauris zöldséges felvágott; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=148,31kcal FH=6,74g ZS=1,47g SZH=26,22g CK=5,20g SÓ=0,63g TZS=0,46g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=327,73kcal FH=17,38g ZS=6,92g SZH=46,02g CK=10,70g SÓ=0,22g TZS=0,50g	EN=251,70kcal FH=4,75g ZS=5,99g SZH=31,02g CK=0,11g SÓ=0,89g TZS=1,64g

**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:**

**2200A1 Tejmentes 'Tipeg'**

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=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek)

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTF</b> 2023.01.16.	Csipkebogyótea; Sertéssült 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma, víz;	Párolt csirkemell; Zöldbabf zelék 'tejmentes'; Tört burgonya;	Gyümölcstea (gyermek); Pritaminos petrezselymes sertéshúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=203,90kcal FH=8,30g ZS=6,77g SZH=26,41g CK=5,31g SÓ=0,59g TZS=0,96g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=281,68kcal FH=19,08g ZS=5,57g SZH=35,93g CK=4,30g SÓ=0,19g TZS=0,53g	EN=192,81kcal FH=7,61g ZS=5,54g SZH=27,22g CK=5,26g SÓ=0,59g TZS=0,16g
<b>KEDD</b> 2023.01.17.	Gyümölcstea (gyermek); Harcsapástétom paradicsomos (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Alma, víz;	Párolt sertéshús 'darált'; Brokkoli zelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes'; Rostos ivólé 100% alma;	Gyümölcstea (gyermek); Csirkejó baromfi rúd 'Allergénmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=225,88kcal FH=5,95g ZS=9,50g SZH=28,29g CK=5,14g SÓ=0,95g TZS=1,39g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=469,53kcal FH=20,12g ZS=15,34g SZH=45,35g CK=2,55g SÓ=0,37g TZS=1,16g	EN=183,13kcal FH=4,48g ZS=6,37g SZH=26,19g CK=5,17g SÓ=0,86g TZS=1,76g
<b>SZERDA</b> 2023.01.18.	Csipkebogyótea; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Banán, víz;	Párolt csirkemell; Sárgarépa zelék 'tejmentes'; Tört burgonya;	Gyümölcstea (gyermek); Kapros sertéshúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=172,71kcal FH=5,39g ZS=4,26g SZH=27,44g CK=5,08g SÓ=1,06g TZS=0,99g	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=356,89kcal FH=17,80g ZS=8,31g SZH=49,19g CK=11,70g SÓ=0,34g TZS=0,80g	EN=191,13kcal FH=7,18g ZS=6,14g SZH=25,98g CK=5,08g SÓ=0,59g TZS=0,16g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2023.01.19.	Gyümölcstea (gyermek); Tauris gépsonka 'Allergénmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Párolt körte;	Párolt pulykamell; Almamártás 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Rostos ivólé 100% alma; Bebo mini - méz; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=169,78kcal FH=5,45g ZS=4,26g SZH=26,61g CK=5,11g SÓ=0,89g TZS=1,03g	EN=36,40kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=323,68kcal FH=16,99g ZS=3,30g SZH=53,30g CK=20,20g SÓ=0,11g TZS=0,10g	EN=279,90kcal FH=2,96g ZS=3,82g SZH=46,28g CK=16,50g SÓ=0,56g TZS=0,86g
<b>PÉNTEK</b> 2023.01.20.	Csipkebogyótea; Párizsikrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Alma, víz;	Párolt csirkemell; Karalábéf zelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Gyümölcstea (gyermek); Szárnyashúspástétom ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=166,36kcal FH=4,86g ZS=3,96g SZH=27,09g CK=5,20g SÓ=0,90g TZS=1,36g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=351,73kcal FH=17,81g ZS=8,72g SZH=47,78g CK=11,73g SÓ=0,32g TZS=0,82g	EN=175,92kcal FH=7,95g ZS=4,02g SZH=26,27g CK=5,21g SÓ=0,59g TZS=0,16g

**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:**

**2200A1 Tejmentes 'Tipeg'**

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=Rákkfélek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid;  
14=Csillagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTF</b> 2023.01.23.	Gyümölcsstea (gyermek); Csibemájaskrém ; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	'B' Alma- szibarackpüré 100g ;	Párolt sertéshús 'darált'; Süt tökf zselé 'tejmentes'; F tt burgonya; Alma;	Gyümölcsstea (gyermek); Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=206,68kcal FH=6,73g ZS=6,98g SZH=28,26g CK=5,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g	EN=53,70kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=12,10g CK=10,40g SÓ=0,00g TZS=0,01g	EN=372,45kcal FH=14,73g ZS=12,15g SZH=47,46g CK=17,50g SÓ=0,32g TZS=0,90g	EN=166,98kcal FH=5,04g ZS=4,17g SZH=26,57g CK=5,08g SÓ=1,06g TZS=0,99g
<b>KEDD</b> 2023.01.24.	Rostos ivólé 100% alma; Sonkakrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Alma, víz;	Párolt pulykamell; Mexikói f zselé 'tejmentes'; Tört burgonya;	Gyümölcsstea (gyermek); Zöldséges csirkehúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=225,00kcal FH=6,74g ZS=2,40g SZH=30,34g CK=0,10g SÓ=1,04g TZS=0,46g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=312,12kcal FH=19,80g ZS=5,87g SZH=42,78g CK=7,38g SÓ=0,33g TZS=0,35g	EN=174,79kcal FH=7,92g ZS=4,02g SZH=25,99g CK=5,08g SÓ=0,59g TZS=0,16g
<b>SZERDA</b> 2023.01.25.	Csipkebogyótea; Pulykahúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Banán, víz;	Párolt sertéshús 'darált'; Zöldborsóf zselé 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Toast sonkás felvágott (diéta); Gyümölcsstea (gyermek); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=185,86kcal FH=8,51g ZS=4,59g SZH=26,85g CK=5,08g SÓ=0,59g TZS=0,16g	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=425,60kcal FH=22,48g ZS=12,13g SZH=52,60g CK=10,50g SÓ=0,20g TZS=0,85g	EN=166,98kcal FH=5,04g ZS=4,17g SZH=26,57g CK=5,08g SÓ=1,06g TZS=0,99g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2023.01.26.	Csipkebogyótea; Sonkakrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Alma, víz;	Párolt halfilé 'darált' (9)*; Zöldbabf zselé 'tejmentes'; Tört burgonya;	Gyümölcsstea (gyermek); Csibemájaskrém ; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=157,81kcal FH=6,75g ZS=2,40g SZH=26,40g CK=5,11g SÓ=1,04g TZS=0,46g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=241,64kcal FH=12,23g ZS=4,40g SZH=35,68g CK=4,30g SÓ=0,69g TZS=0,42g	EN=200,68kcal FH=6,37g ZS=6,89g SZH=27,36g CK=5,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g
<b>PÉNTEK</b> 2023.01.27.	Gyümölcsstea (gyermek); Bebo margarin 10g; Tauris zöldséges felvágott; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma-körtepüré 100g ;	Párolt csirkemell; Vadasmártás 'tejmentes' (5)*; Burgonya püré 'tejmentes';	Rostos ivólé 100% narancs (15)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=178,78kcal FH=4,41g ZS=5,90g SZH=26,22g CK=5,11g SÓ=0,89g TZS=1,64g	EN=53,00kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=12,10g CK=11,50g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=285,32kcal FH=17,80g ZS=3,36g SZH=43,71g CK=9,10g SÓ=0,32g TZS=0,27g	EN=225,90kcal FH=3,32g ZS=3,91g SZH=30,70g CK=0,08g SÓ=0,56g TZS=0,86g

**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:**

**2200A1 Tejmentes 'Tipeg'**

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=Rákkfélek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid;  
14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTF</b> 2023.01.30.	Gyümölcsstea (gyermek); Tauris gépsonka 'Allergénmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma-körtepüré 100g ;	Párolt csirkemell; Salátá felék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Csipkebogyótea; Harcsapástétom zöldf szeres (9)*; Zöldpaprika; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=166,18kcal FH=5,15g ZS=4,23g SZH=26,10g CK=5,11g SÓ=0,89g TZS=1,03g	EN=53,00kcal FH=0,30g ZS=0,10g SZH=12,10g CK=11,50g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=294,43kcal FH=16,25g ZS=5,25g SZH=43,27g CK=8,00g SÓ=0,17g TZS=0,45g	EN=227,41kcal FH=5,94g ZS=9,53g SZH=28,54g CK=5,14g SÓ=0,95g TZS=1,39g
<b>KEDD</b> 2023.01.31.	Csipkebogyótea; Pritaminos petrezselymes sertéshúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Banán, víz;	Párolt pulykamell; Kelkáposzta felék tej,lisztmentes;	Gyümölcsstea (gyermek); Csibemájaskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;
	EN=186,54kcal FH=7,24g ZS=5,45g SZH=26,30g CK=5,26g SÓ=0,59g TZS=0,16g	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=295,83kcal FH=18,44g ZS=7,92g SZH=35,50g CK=0,00g SÓ=0,21g TZS=0,60g	EN=204,28kcal FH=6,67g ZS=6,92g SZH=27,87g CK=5,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g
<b>SZERDA</b> 2023.02.01.	Csipkebogyótea; Pulykahúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Alma, víz;	Párolt sertéshús 'darált'; Zöldbab felék 'tejmentes'; Tört burgonya; Rostos ivólé 100% narancs (15)*;	Gyümölcsstea (gyermek); Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=185,86kcal FH=8,51g ZS=4,59g SZH=26,85g CK=5,08g SÓ=0,59g TZS=0,16g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=420,05kcal FH=17,23g ZS=11,88g SZH=44,88g CK=4,30g SÓ=0,19g TZS=0,82g	EN=166,98kcal FH=5,04g ZS=4,17g SZH=26,57g CK=5,08g SÓ=1,06g TZS=0,99g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2023.02.02.	Gyümölcsstea (gyermek); Szárnyashúspástétom ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Banán, víz;	Párolt csirkemáj 'darált'; Cékla felék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Rostos ivólé 100% alma; Pulykasült 'diéta'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=179,52kcal FH=8,25g ZS=4,05g SZH=26,78g CK=5,21g SÓ=0,59g TZS=0,16g	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=352,31kcal FH=15,22g ZS=9,16g SZH=49,91g CK=8,20g SÓ=0,17g TZS=0,70g	EN=262,94kcal FH=9,44g ZS=5,59g SZH=29,90g CK=0,08g SÓ=0,59g TZS=0,96g
<b>PÉNTEK</b> 2023.02.03.	Csipkebogyótea; Csirkej baromfi rúd 'Allergénmentes'; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma, víz;	Párolt sertéshús 'darált'; Sárgarépa felék 'tejmentes'; F tt burgonya;	Gyümölcsstea (gyermek); Sertéshúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=182,86kcal FH=4,47g ZS=6,37g SZH=26,17g CK=5,17g SÓ=0,86g TZS=1,76g	EN=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=407,26kcal FH=15,96g ZS=14,63g SZH=49,14g CK=11,70g SÓ=0,35g TZS=1,10g	EN=193,48kcal FH=7,62g ZS=5,54g SZH=27,41g CK=5,35g SÓ=0,59g TZS=0,16g

**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:**

**2200A1 Tejmentes 'Tipeg'**

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=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek)

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