

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2023.01.16.	Meggyes gyümölcs Tea; Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Alma dobozos üdít ;	Zellerkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Csirke paprikás (1, 2, 5)*; Bulgur (1, 5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Bebo Mini Margarin; Kifli (1, 2)*;	Szilvászgombóc (1, 3)*; Porcukor (1, 13)*;
	EN=295,30kcal FH=8,96g ZS=12,40g SZH=36,69g CK=9,56g SÓ=1,74g TZS=4,76g	EN=84,20kcal FH=0,30g ZS=0,08g SZH=20,50g CK=20,00g SÓ=0,00g TZS=0,03g	EN=690,23kcal FH=33,95g ZS=19,77g SZH=83,89g CK=10,43g SÓ=1,71g TZS=1,60g	EN=158,35kcal FH=3,53g ZS=4,66g SZH=24,77g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=1,30g	EN=666,35kcal FH=4,38g ZS=8,54g SZH=91,60g CK=32,88g SÓ=2,98g TZS=0,82g
KEDD 2023.01.17.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Dzsem (db) (13)*; Kifli (1, 2)*;	Húsgombócleves (1, 2, 3, 5)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Alma;	Molnárka (1, 2, 3)*; Alma;	Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*;
	EN=298,60kcal FH=14,08g ZS=8,80g SZH=40,96g CK=12,16g SÓ=1,25g TZS=2,74g	EN=189,35kcal FH=3,53g ZS=1,16g SZH=39,77g CK=14,88g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=848,75kcal FH=27,99g ZS=39,05g SZH=92,47g CK=18,79g SÓ=0,70g TZS=0,98g	EN=212,10kcal FH=4,44g ZS=3,90g SZH=38,43g CK=4,95g SÓ=0,39g TZS=2,04g	EN=588,07kcal FH=23,30g ZS=27,10g SZH=56,08g CK=0,93g SÓ=0,92g TZS=0,76g
SZERDA 2023.01.18.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Méz; Kifli (1, 2)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Kuskusz (1, 5)*;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Olaszos rakott tészta (1, 2)*;
	EN=275,34kcal FH=10,88g ZS=9,80g SZH=36,89g CK=9,66g SÓ=1,82g TZS=3,36g	EN=186,85kcal FH=3,53g ZS=1,16g SZH=41,25g CK=18,05g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=862,70kcal FH=31,26g ZS=36,06g SZH=97,18g CK=7,11g SÓ=1,59g TZS=2,02g	EN=180,12kcal FH=4,33g ZS=3,59g SZH=31,46g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=629,71kcal FH=27,72g ZS=25,01g SZH=71,79g CK=6,84g SÓ=0,89g TZS=4,47g
CSÜTÖRTÖK 2023.01.19.	Tej (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Félbarna kenyér (1)*;	Burgonyaleves (1, 2, 5)*; Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Zöldborsóf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Fonotka (1, 2)*;	Citromos tea; Pizza (1, 2)*;
	EN=297,80kcal FH=13,40g ZS=6,80g SZH=46,02g CK=12,59g SÓ=1,26g TZS=3,28g	EN=220,95kcal FH=5,59g ZS=4,35g SZH=39,86g CK=0,78g SÓ=0,84g TZS=0,06g	EN=743,65kcal FH=33,35g ZS=19,00g SZH=104,81g CK=27,49g SÓ=3,05g TZS=5,04g	EN=147,50kcal FH=4,05g ZS=1,35g SZH=28,90g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g	EN=703,55kcal FH=27,05g ZS=26,06g SZH=84,11g CK=14,78g SÓ=2,69g TZS=5,74g
PÉNTEK 2023.01.20.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Tejfölös-túró (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Bebo Mini Margarin; Kifli (1, 2)*;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Gránátos kocka (1)*; Alma;	Alma dobozos üdít ;	Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; Bebo Mini Margarin; Kifli (1, 2)*; Lekváros bukta (1, 2, 3)*;
	EN=227,80kcal FH=11,07g ZS=3,20g SZH=37,92g CK=9,40g SÓ=0,93g TZS=0,24g	EN=158,35kcal FH=3,53g ZS=4,66g SZH=24,77g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=1,30g	EN=748,31kcal FH=26,48g ZS=26,79g SZH=95,89g CK=6,62g SÓ=0,99g TZS=1,49g	EN=84,20kcal FH=0,30g ZS=0,08g SZH=20,50g CK=20,00g SÓ=0,00g TZS=0,03g	EN=495,95kcal FH=8,88g ZS=10,37g SZH=89,39g CK=25,22g SÓ=0,98g TZS=4,07g

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:

Klúg

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"**