

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
<b>HÉTFŐ</b> 2023.05.08.	Meggyes gyümölcs Tea; Diákcsomaga szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Sonkakrém; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Daragalskaleves (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11)*; Kuskusz (1, 5)*;	Kakaós csiga (1, 2)*; Alma;	Paprikás csirke (1, 2, 5)*; Főtt burgonya; Céklesaláta (6, 15)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=332,60kcal FH=9,58g ZS=12,50g SZH=44,98g CK=9,98g SO=1,74g TZS=4,58g	EN=173,40kcal FH=8,98g ZS=3,12g SZH=28,12g CK=0,41g SO=1,67g TZS=1,04g	EN=841,78kcal FH=31,04g ZS=37,00g SZH=90,04g CK=4,87g SO=2,00g TZS=2,97g	EN=329,80kcal FH=4,26g ZS=14,68g SZH=43,88g CK=12,59g SO=0,49g TZS=7,35g	EN=452,77kcal FH=24,82g ZS=9,00g SZH=63,57g CK=2,41g SO=2,52g TZS=0,44g
<b>KEDD</b> 2023.05.09.	Citromos tea; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Telj (2)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	Zelleres burgonyaleves (1, 2, 5)*; Székelykáposzta (1, 2, 6)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	Méz; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Borsos tokány (1, 5)*; Galuska (1, 3)*; Fejeskáposzta-saláta;
	EN=229,54kcal FH=6,62g ZS=5,35g SZH=38,60g CK=9,40g SO=0,92g TZS=3,16g	EN=327,80kcal FH=12,52g ZS=8,57g SZH=49,24g CK=18,02g SO=0,79g TZS=4,98g	EN=742,51kcal FH=29,10g ZS=32,10g SZH=85,20g CK=1,44g SO=6,79g TZS=1,12g	EN=241,80kcal FH=5,40g ZS=3,00g SZH=49,90g CK=17,28g SO=0,94g TZS=0,78g	EN=762,76kcal FH=44,29g ZS=34,84g SZH=109,91g CK=6,47g SO=1,02g TZS=1,32g
<b>SZERDA</b> 2023.05.10.	Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Relek;	Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Teavaj (2)*;	Húsgombócleves (1, 2, 3, 5)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Tészta 'Orsó (1)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Brió (1, 2, 3)*; Alma;	Gyrosos csirkemell csirkó (1)*; Mexikói rizs (5)*;
	EN=285,29kcal FH=9,60g ZS=9,33g SZH=39,38g CK=9,46g SO=1,53g TZS=3,44g	EN=221,16kcal FH=5,27g ZS=10,44g SZH=27,10g CK=0,36g SO=0,89g TZS=7,09g	EN=779,47kcal FH=35,89g ZS=31,36g SZH=86,00g CK=5,39g SO=2,39g TZS=2,14g	EN=311,60kcal FH=6,01g ZS=5,25g SZH=58,52g CK=16,45g SO=0,49g TZS=2,59g	EN=429,97kcal FH=26,69g ZS=14,68g SZH=65,69g CK=3,13g SO=1,30g TZS=1,01g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2023.05.11.	Telj (2)*; Főtt tojás (3)*; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*; Kigyóuborka;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Erdői gyümölcsleves (1, 2)*; Bakonyi aprópecsenye (1, 2)*; Párolt rizs (5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Sajtkém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Húsos lecsó; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;
	EN=337,80kcal FH=6,54g ZS=11,77g SZH=37,74g CK=13,62g SO=1,05g TZS=5,17g	EN=264,60kcal FH=11,00g ZS=9,80g SZH=34,14g CK=1,04g SO=1,82g TZS=3,18g	EN=789,44kcal FH=24,99g ZS=35,98g SZH=108,81g CK=20,47g SO=1,48g TZS=2,36g	EN=252,70kcal FH=8,59g ZS=7,70g SZH=37,36g CK=0,78g SO=1,72g TZS=4,66g	EN=653,43kcal FH=24,64g ZS=27,94g SZH=90,01g CK=10,76g SO=3,98g TZS=0,74g
<b>PÉNTEK</b> 2023.05.12.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Félbarna kenyér (1)*; Tejfölös-túró (2)*; Zöldpaprika;	Liga Margarin; Lekvár; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Lebencsileves (1, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Alma;	Lapkasajt (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Csемеge szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Alma;
	EN=263,60kcal FH=11,79g ZS=3,35g SZH=45,73g CK=9,82g SO=0,99g TZS=0,08g	EN=217,50kcal FH=5,37g ZS=3,02g SZH=42,17g CK=15,42g SO=0,99g TZS=0,96g	EN=888,16kcal FH=38,98g ZS=31,28g SZH=104,16g CK=28,82g SO=1,88g TZS=3,16g	EN=315,70kcal FH=18,34g ZS=12,10g SZH=33,36g CK=0,76g SO=1,84g TZS=7,56g	EN=323,80kcal FH=6,48g ZS=13,00g SZH=41,82g CK=0,84g SO=1,79g TZS=4,98g

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!**  
**Jó étvágyat kívánunk**



**SULI - HOST VENDEGLÁTÓ ÉS SZOIGÁLTATÓ KFT.**  
6724 Szeged, Kenyérgyári út 4. Tel.: +36-62-62-542-015, Fax: +36-62-542-016  
E-mail: mail@suli-host.hu

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

**Étlap név:**  
**Kiug**

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