	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2023.05.01.						
KEDD 2023.05.02.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Magyaros vajkrém (2)*; Zsemle (1)*; Kigyóuborka;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Paradicsomleves betűtésztával (1, 3, 5)*; Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Paradicsomleves betűtésztával (1, 3, 5)*; Bükki aprópecsenye (1, 2, 4, 5)*; Kuszkusz (1, 5)*;	Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*;
	EN=240,85kcal FH=5,74g ZS=5,19g SZH=41,24g CK=10,20g SÓ=0,72g TZS=3,24g	EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g	EN=814,30kcal FH=27,04g ZS=22,42g SZH=120,18g CK=23,67g SÓ=3,32g TZS=6,24g	EN=993,45kcal FH=34,52g ZS=40,67g SZH=116,66g CK=26,80g SÓ=1,62g TZS=2,94g	EN=301,80kcal FH=10,44g ZS=10,02g SZH=42,36g CK=0,60g SÓ=1,65g TZS=1,59g	EN=600,45kcal FH=29,73g ZS=17,31g SZH=70,38g CK=7,74g SÓ=1,09g TZS=1,57g
SZERDA 2023.05.03.	Citromos tea; Kenőmájas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Paradicsom;	Lapkasajt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Gulyásleves (1, 3, 5)*; Tejbedara (1, 2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Gulyásleves (1, 3, 5)*; Roston sült hal (1, 5, 9)*; Rizibizi (5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Túrós bukta (1, 2, 3)*;	Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Zöldbabfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=390,00kcal FH=13,43g ZS=13,02g SZH=54,49g CK=11,23g SÓ=2,36g TZS=5,26g	EN=330,40kcal FH=16,96g ZS=15,40g SZH=30,03g CK=4,95g SÓ=1,39g TZS=9,54g	EN=747,82kcal FH=29,42g ZS=22,42g SZH=103,77g CK=46,18g SÓ=1,62g TZS=3,26g	EN=922,84kcal FH=39,00g ZS=40,24g SZH=123,28g CK=3,98g SÓ=3,17g TZS=2,90g	EN=224,00kcal FH=9,10g ZS=5,25g SZH=34,30g CK=11,90g SÓ=0,34g TZS=0,07g	EN=807,39kcal FH=31,90g ZS=46,25g SZH=62,79g CK=10,69g SÓ=3,70g TZS=14,50g
CSÜTÖRTÖK 2023.05.04.	Tej (2)*; Házi körözött (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Retek;	Joghurt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Lencseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Tavaszi rizottó (5)*; Vegyes saláta;	Lencseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Sertésvagdalt (1, 3, 5)*; Burgonyafőzelék (1, 2)*;	Méz; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Tiszai aprópecsenye (1, 5)*; Hagymás burgonya; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;
	EN=461,06kcal FH=25,41g ZS=9,12g SZH=68,26g CK=15,32g SÓ=1,79g TZS=3,10g	EN=219,85kcal FH=8,63g ZS=6,56g SZH=30,77g CK=7,63g SÓ=0,62g TZS=4,20g	EN=888,43kcal FH=37,37g ZS=35,10g SZH=127,19g CK=15,95g SÓ=1,84g TZS=1,56g	EN=810,68kcal FH=36,08g ZS=31,46g SZH=87,07g CK=2,80g SÓ=1,50g TZS=1,12g	EN=286,80kcal FH=7,90g ZS=3,70g SZH=57,14g CK=17,03g SÓ=1,37g TZS=1,20g	EN=706,63kcal FH=25,09g ZS=32,98g SZH=70,42g CK=1,46g SÓ=1,66g TZS=2,46g
PÉNTEK 2023.05.05.	Gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Alma;	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Rakott karfiol (1, 2, 3, 5)*;	Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Alma dobozos üdítő;	Sonkás krém 50g Eurofood Hidegcs; Félbarna kenyér (1)*; Bebo Mini Margarin; Kifli (1, 2)*; Alma;
	EN=420,80kcal FH=15,78g ZS=12,26g SZH=62,58g CK=11,53g SÓ=2,47g TZS=3,93g	EN=314,30kcal FH=10,61g ZS=6,58g SZH=53,24g CK=1,17g SÓ=1,96g TZS=3,77g	EN=856,23kcal FH=32,47g ZS=29,72g SZH=112,31g CK=23,47g SÓ=0,74g TZS=3,09g	EN=704,16kcal FH=45,64g ZS=36,08g SZH=52,84g CK=9,45g SÓ=1,35g TZS=2,79g	EN=311,00kcal FH=8,20g ZS=3,78g SZH=61,16g CK=20,61g SÓ=1,37g TZS=1,23g	EN=601,05kcal FH=16,70g ZS=20,86g SZH=85,16g CK=2,80g SÓ=2,47g TZS=7,19g

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:

Középiskola

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=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"