

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTF</b> 2021.12.06.	Gyümölcsstea (gyermek); Harcsapástétom paradicsomos (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Körte, víz;	Párolt csirkemell; Tökf zelék 'tej-, lisztjmentes'; Tört burgonya 'tejmmentes'; Alma, víz;	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=303,76kcal FH=17,20g ZS=6,00g SZH=42,75g CK=7,33g SÓ=0,63g TZS=0,64g	EN=183,46kcal FH=8,45g ZS=4,53g SZH=26,46g CK=5,08g SÓ=0,66g TZS=0,16g
<b>KEDD</b> 2021.12.07.	Gyümölcsstea (gyermek); Tauris zöldséges felvágott; Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Narancs, víz;	Pulykavagdalt tej-tojásmentes; Sóskaf zelék 'tejmmentes'; Burgonya püré 'tejmmentes';	Rostos ivólé 100% narancs (15)*; Pritaminos petrezselymes sertéshúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Jégcsap retek;
	EN=200,28kcal FH=4,46g ZS=8,40g SZH=26,27g CK=5,16g SÓ=0,89g TZS=2,14g	EN=28,70kcal FH=0,42g ZS=0,00g SZH=5,95g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=370,53kcal FH=17,34g ZS=8,58g SZH=51,45g CK=8,33g SÓ=0,64g TZS=0,71g	EN=257,93kcal FH=7,56g ZS=5,48g SZH=30,59g CK=0,26g SÓ=0,66g TZS=0,16g
<b>SZERDA</b> 2021.12.08.	Csipkebogyótea; Pulykahúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Banán, víz;	Párolt csirkemell; szibarack mártás 'tejmmentes'; Pirított kukoricadara;	Gyümölcsstea (gyermek); Csirkejó baromfi rúd 'Allergénmentes'; Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=185,86kcal FH=8,51g ZS=4,59g SZH=26,85g CK=5,08g SÓ=0,66g 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=0,90g TZS=0,70g	EN=204,63kcal FH=4,53g ZS=8,87g SZH=26,24g CK=5,22g SÓ=0,86g TZS=2,26g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2021.12.09.	Gyümölcsstea (gyermek); Sonkakrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Mandarin, víz;	Rakott karfiol 'tej-, tojásmentes'; Banán, víz;	Rostos ivólé 100% alma; Pulykasült 'diéta'; Ráma margarin 10g; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=158,08kcal FH=6,75g ZS=2,40g SZH=26,43g CK=5,11g SÓ=1,04g TZS=0,46g	EN=31,50kcal FH=0,49g ZS=0,00g SZH=6,86g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=410,63kcal FH=18,05g ZS=10,18g SZH=61,14g CK=3,97g SÓ=0,60g TZS=0,46g	EN=327,04kcal FH=10,88g ZS=8,17g SZH=38,65g CK=0,20g SÓ=0,80g TZS=1,50g
<b>PÉNTEK</b> 2021.12.10.	Csipkebogyótea; Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lisztmentes'; Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Alma, víz;	Natur csirkemell; Burgonyaf zelék 'tejmmentes';	Gyümölcsstea (gyermek); Sertéshúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Jégcsap retek;
	EN=198,21kcal FH=6,47g ZS=7,37g SZH=25,92g CK=5,13g SÓ=1,00g 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=354,29kcal FH=15,14g ZS=11,24g SZH=44,77g CK=0,17g SÓ=0,60g TZS=1,10g	EN=191,68kcal FH=7,59g ZS=5,48g SZH=26,87g CK=5,35g SÓ=0,66g 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:**

**3200A1 Tejmentes 'Kisdéd'**

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=Csillagfürt

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
SZOMBAT 2021.12.11.	Gyümölcsstea (gyermek); Csibemájaskrém ; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Alma, víz;	Rakott sütők burgonyaalappal 'tejmentes'; Alma;	Gyümölcsstea (gyermek); Toast sonkás felvágott (diéta); Ráma 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=21,70kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=4,90g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=388,22kcal FH=13,35g ZS=13,51g SZH=52,96g CK=13,84g SÓ=1,14g TZS=0,95g	EN=188,48kcal FH=5,09g ZS=6,67g SZH=26,62g CK=5,13g SÓ=1,06g TZS=1,49g
VASÁRNAP 2021.12.12.				

**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:**

**3200A1 Tejmentes 'Kisdéd'**

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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTF</b> 2021.12.13.	Csipkebogyótea; Harcsapástétom zöldf szeres (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Narancs;	Csibevagdalt 'tej-, tojásmentes'; Kelkáposztaf zelék tej,lisztmentes;	Gyümölcstea (gyermek); Mini dzsem (13)*; Ráma margarin 10g; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=225,01kcal FH=5,88g ZS=9,47g SZH=28,15g CK=5,14g SÓ=0,95g TZS=1,39g	EN=45,10kcal FH=0,66g ZS=0,00g SZH=9,35g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=323,68kcal FH=18,10g ZS=10,43g SZH=37,18g CK=0,30g SÓ=0,69g TZS=1,01g	EN=279,58kcal FH=4,42g ZS=6,40g SZH=49,64g CK=18,45g SÓ=0,70g TZS=1,40g
<b>KEDD</b> 2021.12.14.	Gyümölcstea (gyermek); Sonkakrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Alma, víz;	Natur pulykamellfilé; Alma-fehérrépa felzelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Csipkebogyótea; Csibemájaskrém; Zsemle '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=373,69kcal FH=18,29g ZS=8,69g SZH=53,60g CK=10,50g SÓ=0,82g TZS=0,65g	EN=243,01kcal FH=7,75g ZS=6,97g SZH=36,04g CK=5,15g SÓ=1,09g TZS=1,85g
<b>SZERDA</b> 2021.12.15.	Csipkebogyótea; Pápai sonka 'Tej-, Szója-, Lisztmentes'; Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Körte, víz;	Diós sertésvagdalt 'tej-, tojásmentes' (6)*; Zöldborsóf zelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Gyümölcstea (gyermek); Csibehúskrém ligával 'gluténmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Jégcsap retek;
	EN=198,21kcal FH=6,47g ZS=7,37g SZH=25,92g CK=5,13g SÓ=1,00g TZS=1,36g	EN=36,40kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=426,37kcal FH=20,72g ZS=9,95g SZH=58,92g CK=10,67g SÓ=0,56g TZS=0,56g	EN=185,16kcal FH=8,25g ZS=4,75g SZH=26,35g CK=5,08g SÓ=0,66g TZS=0,16g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2021.12.16.	Gyümölcstea (gyermek); Párizsikrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Banán, víz;	Karfiollevés levesbetéttel; Bolognai orsó téstával (csirke); Alma, víz;	Csipkebogyótea; Zala Kométa; Ráma margarin 10g; Zsemle '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=329,75kcal FH=12,69g ZS=8,94g SZH=48,37g CK=5,05g SÓ=0,66g TZS=0,84g	EN=245,76kcal FH=6,36g ZS=8,65g SZH=34,84g CK=5,23g SÓ=0,95g TZS=2,21g
<b>PÉNTEK</b> 2021.12.17.	Csipkebogyótea; Tauris zöldséges felvágott; Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Mandarin, víz;	Pulykahúsgombóc tej,tojás,lisztmentes; 'B' Alma-cékla felzelék Tejmentes; F tt burgonya;	Rostos ivólé 100% narancs (15)*; Karottás csirkehúskrém ligával; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=200,01kcal FH=4,46g ZS=8,40g SZH=26,24g CK=5,16g SÓ=0,89g TZS=2,14g	EN=31,50kcal FH=0,49g ZS=0,00g SZH=6,86g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=337,79kcal FH=15,05g ZS=8,36g SZH=50,89g CK=10,87g SÓ=1,02g TZS=0,70g	EN=264,10kcal FH=8,48g ZS=1,64g SZH=39,75g CK=0,27g SÓ=0,84g TZS=0,50g

**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:**

**3200A1 Tejmentes 'Kised'**

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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt)

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
<b>HÉTF</b> 2021.12.20.	Csipkebogyótea; Sertéssült 'diéta'; Ráma margarin 10g; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*; Jégcsap retek;	Narancs, víz;	Pritaminos pulykavagdalt 'tej-, tojásmentes'; Romanobab f zelék 'tejmentes'; Tört burgonya 'tejmentes';	Gyümölcsstea (gyermek); Pritaminos petrezselymes sertéshúskrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	EN=272,20kcal FH=10,07g ZS=9,38g SZH=35,52g CK=5,43g SÓ=0,80g TZS=1,50g	EN=28,70kcal FH=0,42g ZS=0,00g SZH=5,95g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=306,66kcal FH=17,16g ZS=9,59g SZH=39,64g CK=0,58g SÓ=0,72g TZS=0,81g	EN=192,81kcal FH=7,61g ZS=5,54g SZH=27,22g CK=5,26g SÓ=0,66g TZS=0,16g
<b>KEDD</b> 2021.12.21.	Gyümölcsstea (gyermek); Harcsapástétom paradicsomos (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Alma, víz;	Rakott brokkoli kölessel 'tejmentes'; Rostos ivólé 100% alma;	Gyümölcsstea (gyermek); Csirkejó baromfi rúd 'Allergénmentes'; Ráma 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=421,79kcal FH=20,14g ZS=9,06g SZH=46,92g CK=3,39g SÓ=0,86g TZS=0,33g	EN=204,63kcal FH=4,53g ZS=8,87g SZH=26,24g CK=5,22g SÓ=0,86g TZS=2,26g
<b>SZERDA</b> 2021.12.22.	Csipkebogyótea; Zala Kométa; Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Banán, víz;	Pincepörkölt (csirkemell, csirkemáj); Párolt rizs; Fejeskáposztasaláta;	Gyümölcsstea (gyermek); Kapros sertéshúskrém ligával; Zsemle 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=209,16kcal FH=5,33g ZS=8,66g SZH=27,04g CK=5,16g SÓ=0,81g TZS=2,17g	EN=84,00kcal FH=1,04g ZS=0,00g SZH=19,36g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=277,73kcal FH=17,58g ZS=6,57g SZH=51,10g CK=3,58g SÓ=0,48g TZS=0,51g	EN=233,73kcal FH=8,57g ZS=6,22g SZH=34,68g CK=5,15g SÓ=0,80g TZS=0,20g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2021.12.23.	Gyümölcsstea (gyermek); Tauris gépsonka 'Allergénmentes'; Ráma margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Kigyó uborka;	Körte, víz;	Natur pulykamellfilé 'diéta'; Almamártás 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Rostos ivólé 100% alma; Rama mini - méz; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=191,28kcal FH=5,50g ZS=6,76g SZH=26,66g CK=5,16g SÓ=0,90g TZS=1,53g	EN=36,40kcal FH=0,28g ZS=0,00g SZH=8,40g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=337,81kcal FH=18,43g ZS=3,49g SZH=54,90g CK=20,20g SÓ=0,33g TZS=0,10g	EN=301,40kcal FH=3,01g ZS=6,32g SZH=46,33g CK=16,55g SÓ=0,56g TZS=1,36g
<b>PÉNTEK</b> 2021.12.24.	Csipkebogyótea; Párizsikrém ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Jégcsap retek;	Mandarin, víz;	Párolt csirkemell; Karalábéf zelék 'tejmentes'; Burgonya püré 'tejmentes';	Gyümölcsstea (gyermek); Szárnyashúspástétom ligával; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	EN=164,56kcal FH=4,83g ZS=3,90g SZH=26,55g CK=5,20g SÓ=0,90g TZS=1,36g	EN=31,50kcal FH=0,49g ZS=0,00g SZH=6,86g 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=0,68g TZS=0,82g	EN=175,92kcal FH=7,95g ZS=4,02g SZH=26,27g CK=5,21g SÓ=0,66g 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:**

**3200A1 Tejmentes 'Kised'**

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=Csillagfürt

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