

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2025.05.05.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű egyeses kifli (1)*;	Narancs; Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*;	Molnárka (1, 2, 3)*; Banán ;	Temesvári aprópecsenye (1, 2, 5)*; Párolt rizs (1, 2, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*;
	EN=310,90kcal FH=10,88g ZS=9,55g SZH=44,98g CK=10,08g SÓ=1,74g TZS=3,18g	EN=198,50kcal FH=6,90g ZS=6,28g SZH=26,95g CK=0,35g SÓ=1,30g TZS=3,98g	EN=720,79kcal FH=23,02g ZS=24,13g SZH=95,68g CK=6,71g SÓ=2,19g TZS=8,10g	EN=384,90kcal FH=6,56g ZS=3,90g SZH=78,43g CK=4,95g SÓ=0,39g TZS=2,04g	EN=632,42kcal FH=19,70g ZS=34,07g SZH=59,38g CK=1,23g SÓ=1,02g TZS=2,25g
KEDD 2025.05.06.	Tej (2)*; Sajtos szál (1, 2)*;	Teljes kiőrlésű gabonás keksz (1, 5)*; Alma;	BrokkolikréMLEVES (1, 2, 5, 6)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Bácskai rizsses hús (5)*; Alma befőtt; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Teavaj (2)*; Zsemle (1)*; Kigyóuborka;	Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*;
	EN=430,60kcal FH=13,10g ZS=24,47g SZH=38,84g CK=12,94g SÓ=1,66g TZS=12,93g	EN=221,60kcal FH=3,80g ZS=6,40g SZH=36,40g CK=9,20g SÓ=0,18g TZS=3,12g	EN=905,01kcal FH=31,57g ZS=42,34g SZH=160,64g CK=14,38g SÓ=2,24g TZS=1,51g	EN=233,21kcal FH=4,79g ZS=10,42g SZH=29,56g CK=0,16g SÓ=0,64g TZS=7,16g	EN=431,15kcal FH=14,76g ZS=5,76g SZH=99,58g CK=43,80g SÓ=0,45g TZS=3,35g
SZERDA 2025.05.07.	Meggyes gyümölcs Tea; Főtt tojás (3)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Jégcsap retek; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Romanobabfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Bakonyi aprópecsenye (1, 2)*; Tészta 'Orsó' (1)*;
	EN=275,30kcal FH=9,33g ZS=7,34g SZH=38,51g CK=9,44g SÓ=0,89g TZS=2,39g	EN=193,09kcal FH=6,77g ZS=5,30g SZH=29,07g CK=0,41g SÓ=0,92g TZS=0,24g	EN=863,81kcal FH=35,00g ZS=32,75g SZH=106,08g CK=8,09g SÓ=2,00g TZS=1,57g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=642,26kcal FH=24,22g ZS=33,68g SZH=58,30g CK=3,12g SÓ=0,63g TZS=2,03g
CSÜTÖRTÖK 2025.05.08.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Sárgarépa;	Paradicsomleves betűtésztaival (1, 3, 5)*; Rozmaringos sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rizibizli (1, 2, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*;	Lekváros táskák (1, 2)*;	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Ketchup;
	EN=318,40kcal FH=13,95g ZS=8,75g SZH=46,16g CK=12,33g SÓ=1,17g TZS=2,31g	EN=280,80kcal FH=9,48g ZS=13,10g SZH=31,17g CK=2,92g SÓ=1,78g TZS=5,16g	EN=843,24kcal FH=40,31g ZS=26,13g SZH=100,64g CK=21,45g SÓ=1,46g TZS=2,08g	EN=286,30kcal FH=3,57g ZS=10,43g SZH=43,68g CK=14,28g SÓ=0,49g TZS=5,25g	EN=525,36kcal FH=17,04g ZS=17,63g SZH=68,28g CK=10,49g SÓ=2,93g TZS=5,70g
PÉNTEK 2025.05.09.	Citromos tea; Kenőmájás (1, 2, 4)*; Zsemle (1)*; Zöldpaprika;	Dzsem (13)*; Teljes kiőrlésű egyeses kifli (1)*;	MeggyeLeves (1, 2)*; Csikós tokány (1, 2, 5)*; Szarvacskák tészta (1)*; Alma;	Kockasajt (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Teljes kiőrlésű meggyes párnák (1, 2)*; Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Zsemle (1)*; Alma;
	EN=294,19kcal FH=8,84g ZS=10,28g SZH=40,38g CK=9,71g SÓ=1,52g TZS=4,24g	EN=187,00kcal FH=4,30g ZS=0,60g SZH=38,75g CK=13,60g SÓ=0,60g TZS=0,30g	EN=868,64kcal FH=28,23g ZS=35,66g SZH=104,92g CK=28,16g SÓ=0,95g TZS=3,00g	EN=253,20kcal FH=8,54g ZS=7,60g SZH=37,62g CK=0,78g SÓ=2,08g TZS=4,56g	EN=531,25kcal FH=10,97g ZS=22,81g SZH=68,03g CK=6,59g SÓ=2,01g TZS=8,20g

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=Rákkeltő; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

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

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.05.06.-tól 2025.05.06.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Alma Összetétel: Alma 'Idared'	37,20kcal	0,48g	0,00g	8,40g	0,00g	0,00g	0,00g
Alma befőtt Összetétel: Alma befőtt	68,00kcal	0,00g	0,00g	62,40g	10,56g	0,00g	0,00g
Bácskai rizseshús Összetétel: Csemege paprika, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. pritamin paprika, Fokhagyma, Natúr 30%-os lecsó, Örlött fekete bors, Rizs 'A', Sertés comb, Sertés lapocka, Só 'jódozott', Vöröshagyma	558,48kcal	22,42g	34,32g	57,64g	0,63g	1,10g	1,12g
Brokkolikrémleves Összetétel: Burgonya, Étélizesítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. brokkoli, Fagy. gyökér, Fagy. sárgarépa, Finomliszt BL55, Fokhagyma, Örlött fekete bors, Só 'jódozott', Szerecsendió, Tejföl '12%', Vöröshagyma	127,67kcal	5,00g	3,49g	17,32g	2,08g	0,53g	0,26g
Kakaós cukor Összetétel: Kakaópor 22%, Porcukor	78,85kcal	1,00g	1,05g	15,55g	15,00g	0,00g	0,65g
Kigyóuborka Összetétel: Kigyó uborka	6,00kcal	0,50g	0,05g	0,85g	0,00g	0,00g	0,00g
Levesgyöngy Összetétel: Levesgyöngy	74,70kcal	1,20g	4,20g	7,95g	0,90g	0,14g	0,00g
Sajtos szál Összetétel: Sajtos rúd 50g, Sajtos rúd 70g	320,60kcal	5,60g	20,72g	27,09g	1,19g	1,33g	10,43g
Teavaj Összetétel: Teavaj	86,76kcal	0,05g	9,84g	0,04g	0,00g	0,01g	6,84g
Tej Összetétel: Tej UHT '1,5%'	110,00kcal	7,50g	3,75g	11,75g	11,75g	0,33g	2,50g
Tejberizs Összetétel: Kristálycukor, Rizs 'A', Só 'jódozott', Tej '1,5%'	352,30kcal	13,76g	4,71g	84,03g	28,80g	0,45g	2,70g
Teljes kiörlésű gabonás keksz Összetétel: Gabonás keksz	184,40kcal	3,32g	6,40g	28,00g	9,20g	0,18g	3,12g
Teljes kiörlésű kenyér Összetétel: Teljes kiörlésű kenyér	76,16kcal	2,96g	0,34g	15,33g	0,20g	0,48g	0,14g
Zsemle Összetétel: Vizes zsemle 53g	140,45kcal	4,24g	0,53g	28,67g	0,16g	0,64g	0,32g

Étlap melléklet

Az "Étlap melléklet"-en szereplő információ tájékoztató jellegű információ!

Étlap: Klúg

Időszak: 2025.05.08.-tól 2025.05.08.-ig

Étel név , összetevők	Energia	Fehérje	Zsír	Szénhidrát	Cukor	Só	Telített zsír
Citromos tea Összetétel: Betétdíj, Citromlé 40%, Kristálycukor, Teafű	36,54kcal	0,00g	0,00g	9,05g	9,04g	0,00g	0,00g
Csemege szalámi Összetétel: Csemege szalámi	104,80kcal	3,60g	10,00g	0,00g	0,00g	0,84g	4,20g
Félbarna kenyér Összetétel: Félbarna kenyér	160,20kcal	5,34g	0,60g	33,36g	0,78g	0,84g	0,06g
Hot-Dog Összetétel: Hosszú zsemle53g, Mustár, Virsli Pulyka Gallicoop	467,92kcal	16,97g	17,63g	58,10g	0,60g	2,77g	5,70g
Ketchup Összetétel: Ketchup	20,90kcal	0,07g	0,00g	1,13g	0,86g	0,16g	0,00g
Lekváros táska Összetétel: Lekváros táska 70g	286,30kcal	3,57g	10,43g	43,68g	14,28g	0,49g	5,25g
Liga Margarin Összetétel: Liga margarin	21,60kcal	0,06g	2,40g	0,06g	0,06g	0,10g	0,72g
Paradicsomleves betűtésztaival Összetétel: Csemege paprika, Étolaj 'napraforgó', Fagy. zeller, Finomliszt BL55, Kristálycukor, Só 'jódozott', Tartósítószermentes sűrített paradicsom, Tojásos betű tészta, Vöröshagyma, Zeller zöld	228,43kcal	5,40g	5,40g	39,14g	18,78g	0,53g	0,64g
Rizibizi Összetétel: Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó', Fagy. zöldborsó, Örlött fekete bors, Petrezselyem zöld, rizs előgőzölt, Só 'jódozott', Vöröshagyma	370,08kcal	7,32g	10,99g	59,84g	2,26g	0,45g	1,34g
Rozmaringos sült csirkecomb Összetétel: Csemege paprika, Csontos felső csirkecomb, Étélizetítő só mentes 'Pamol', Étolaj 'napraforgó' sütéshez, Örlött fekete bors, Rozmaring, Só 'jódozott', Szárnyas fűszerkeverék	244,72kcal	27,60g	9,75g	1,66g	0,41g	0,48g	0,10g
Sárgarépa Összetétel: Sárgarépa	20,00kcal	0,60g	0,10g	4,05g	2,50g	0,00g	0,00g
Tej Összetétel: Tej '1,5%'	110,00kcal	7,75g	3,75g	11,50g	11,50g	0,25g	2,25g
Teljes kiőrlésű kenyér Összetétel: Teljes kiőrlésű kenyér	134,40kcal	5,22g	0,60g	27,06g	0,36g	0,84g	0,24g
Vajkrém Összetétel: Natúr vajkrém	48,20kcal	0,86g	4,40g	1,30g	0,05g	0,08g	0,00g