

	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>
<b>HÉTF</b> 2021.11.08.	Tea 'Csipkebogyó'; Kockasajt (2)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Húsos-paradicsomos rakott tészta (1, 2)*; Alma;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=300,40kcal FH=9,06g ZS=10,10g SZH=42,84g CK=9,46g SÓ=2,18g TZS=5,46g	EN=776,34kcal FH=34,02g ZS=29,48g SZH=90,90g CK=10,21g SÓ=2,78g TZS=5,54g	EN=305,12kcal FH=8,45g ZS=7,59g SZH=48,96g CK=22,41g SÓ=0,63g TZS=4,57g
<b>KEDD</b> 2021.11.09.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Zsemle (1)*; Jégcsap retek;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Csirkemájás sertésragu (1, 5)*; Kukoricás rizs (5)*;	Lapkasajt (2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;
	EN=305,65kcal FH=13,15g ZS=8,73g SZH=42,32g CK=11,96g SÓ=1,04g TZS=2,82g	EN=719,94kcal FH=29,83g ZS=30,93g SZH=98,17g CK=19,91g SÓ=2,94g TZS=1,45g	EN=317,50kcal FH=18,72g ZS=14,55g SZH=28,15g CK=0,36g SÓ=1,94g TZS=8,46g
<b>SZERDA</b> 2021.11.10.	F zött kakaó (2, 4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Roston sült hal (1, 5, 9)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Paradicsom;
	EN=330,91kcal FH=12,68g ZS=9,56g SZH=47,96g CK=20,08g SÓ=1,15g TZS=4,92g	EN=792,62kcal FH=34,92g ZS=32,64g SZH=83,14g CK=3,42g SÓ=4,22g TZS=3,75g	EN=270,50kcal FH=8,88g ZS=10,18g SZH=34,66g CK=0,64g SÓ=1,72g TZS=4,16g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2021.11.11.	Tejeskávé (1, 2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*; Kigyóuborka;	Rizsleves (5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Mandarin;	Zala felvágott (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*;
	EN=340,50kcal FH=12,20g ZS=9,58g SZH=49,22g CK=20,96g SÓ=0,94g TZS=4,99g	EN=709,46kcal FH=23,92g ZS=32,16g SZH=73,12g CK=6,30g SÓ=2,91g TZS=1,60g	EN=256,80kcal FH=10,52g ZS=11,36g SZH=29,28g CK=0,38g SÓ=1,76g TZS=3,60g
<b>PÉNTEK</b> 2021.11.12.	Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Hosszú zsemle (1)*;	Kelvirágkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Paprikásburgonya kolbásszal és hússal (1, 3, 4, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Teljes kiörlés meggyes párna (1, 2)*; Alma;
	EN=356,97kcal FH=5,16g ZS=13,68g SZH=39,30g CK=10,36g SÓ=1,97g TZS=1,81g	EN=778,73kcal FH=32,15g ZS=39,20g SZH=70,90g CK=2,67g SÓ=3,13g TZS=3,09g	EN=290,60kcal FH=4,12g ZS=13,16g SZH=37,59g CK=6,37g SÓ=0,98g TZS=6,65g

**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:**

**Iskola 'A'**

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=Csillagfűrt

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