

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2021.10.18.	Zöldtea-citrusos; Sajt (2)*; Margarin 'Liga'; Hosszú zsemle (1)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Zsemle 'Zabpelyhes' (1)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Pulykatokány (1, 5)*; Törtburgonya (5)*; Párolt zöldség (2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Mandarin;	Csirkemájkrém 50g; Kifli (1, 2)*; Paradicsom;	Tea 'Citromos'; Hamburger (1, 2, 4)*;
	EN=329,51kcal FH=14,78g ZS=11,78g SZH=39,10g CK=9,26g SÓ=1,53g TZS=7,04g	EN=268,69kcal FH=11,25g ZS=6,34g SZH=39,48g CK=0,21g SÓ=0,58g TZS=0,32g	EN=993,90kcal FH=47,34g ZS=42,34g SZH=97,04g CK=7,97g SÓ=3,38g TZS=2,37g	EN=270,35kcal FH=9,68g ZS=12,21g SZH=29,22g CK=1,63g SÓ=1,12g TZS=3,35g	EN=430,81kcal FH=17,02g ZS=18,30g SZH=42,95g CK=10,47g SÓ=2,29g TZS=4,07g
KEDD 2021.10.19.	F zött kakaó (2, 4)*; Vajkrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;	Méz; Zsemle (1)*; Alma;	Nyírségi gombóclevés sertéshússal (1, 2, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Zöldbabf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Tea 'Citromos'; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Mustár (11)*;
	EN=363,01kcal FH=13,48g ZS=11,61g SZH=50,35g CK=20,07g SÓ=1,13g TZS=4,20g	EN=237,65kcal FH=4,72g ZS=0,53g SZH=53,55g CK=16,58g SÓ=0,64g TZS=0,32g	EN=817,18kcal FH=39,44g ZS=46,76g SZH=51,52g CK=12,15g SÓ=3,03g TZS=1,11g	EN=267,90kcal FH=9,06g ZS=9,30g SZH=36,03g CK=10,95g SÓ=0,54g TZS=5,63g	EN=677,26kcal FH=11,01g ZS=30,62g SZH=68,37g CK=10,03g SÓ=4,04g TZS=3,92g
SZERDA 2021.10.20.	Tej (2)*; F tt tojás (3)*; Margarin 'Liga'; Zsemle (1)*;	Májkrém; Kifli (1, 2)*; Kigyóuborka;	Hargitai burgonyaleves (1, 2, 5)*; Tavaszi rizottó (5)*; Befőtt 'Öszibarack'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Túrós bukta (1, 2, 3)*; Alma;	Sajtos spagetti (1)*; Sajt (2)*; Tejföl (2)*;
	EN=345,40kcal FH=17,00g ZS=11,09g SZH=40,55g CK=11,90g SÓ=1,14g TZS=4,64g	EN=291,85kcal FH=8,63g ZS=16,51g SZH=26,17g CK=1,63g SÓ=1,21g TZS=6,40g	EN=740,36kcal FH=26,74g ZS=30,47g SZH=106,94g CK=13,99g SÓ=3,27g TZS=1,33g	EN=261,20kcal FH=9,58g ZS=5,25g SZH=42,70g CK=11,90g SÓ=0,34g TZS=0,07g	EN=443,43kcal FH=16,15g ZS=17,72g SZH=54,22g CK=2,80g SÓ=0,88g TZS=4,66g
CSÜTÖRTÖK 2021.10.21.	Tej (2)*; Toast sonka; Margarin 'Liga'; Teljes kiörlés zsemle (1, 2)*; Paradicsom;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Rozsos párna (1, 12)*; Kigyóuborka;	Filézett halászlé (5, 9)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 7, 8, 12, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Dobozos üdít szí-alma; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Brassói aprópecsenye (1, 5)*; Forgatott burgonya; Kovászos uborka (1)*;
	EN=304,40kcal FH=17,09g ZS=7,97g SZH=39,53g CK=11,76g SÓ=2,07g TZS=3,76g	EN=276,48kcal FH=8,10g ZS=11,94g SZH=33,20g CK=0,51g SÓ=1,01g TZS=1,73g	EN=725,66kcal FH=24,98g ZS=27,59g SZH=94,91g CK=22,54g SÓ=4,52g TZS=5,72g	EN=274,12kcal FH=4,33g ZS=3,59g SZH=53,46g CK=18,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=575,69kcal FH=22,63g ZS=31,89g SZH=43,11g CK=0,46g SÓ=3,43g TZS=0,93g
PÉNTEK 2021.10.22.	Tea 'Citromos'; Házi körözött (2)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Kigyóuborka;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliz pehely (1)*;	Cukkinikrémleves tészta nélkül (1, 2)*; Sajt szórát (2)*; Csopaki apróragu (1)*; Kukoricás rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Kockasajt (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;	Májkrém; Alma; Kifli (1, 2)*; Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=247,61kcal FH=10,66g ZS=3,03g SZH=42,93g CK=9,20g SÓ=1,17g TZS=0,24g	EN=236,80kcal FH=9,11g ZS=6,26g SZH=34,30g CK=8,70g SÓ=0,25g TZS=0,09g	EN=720,80kcal FH=27,99g ZS=34,73g SZH=91,18g CK=3,57g SÓ=3,80g TZS=3,50g	EN=253,20kcal FH=8,54g ZS=7,60g SZH=37,62g CK=0,78g SÓ=2,08g TZS=4,56g	EN=615,65kcal FH=12,39g ZS=31,09g SZH=69,21g CK=14,16g SÓ=1,70g TZS=13,75g

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:

Klóg

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=Csillagfűrt

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