

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2021.11.08.	Tea 'Citromos'; Csemege szalámi; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Rozs' (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Csirkemájás sertésragu (1, 5)*; Kukoricás rizs (5)*;	Lapkasajt (2)*; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*; Csemege uborka (11)*;
	EN=312,94kcal FH=7,68g ZS=12,88g SZH=41,09g CK=9,34g SÓ=1,84g TZS=4,98g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=719,94kcal FH=29,83g ZS=30,93g SZH=98,17g CK=19,91g SÓ=2,94g TZS=1,45g	EN=307,45kcal FH=17,74g ZS=12,13g SZH=30,67g CK=0,16g SÓ=1,64g TZS=7,82g	EN=601,24kcal FH=20,27g ZS=29,16g SZH=56,97g CK=2,60g SÓ=3,24g TZS=7,18g
KEDD 2021.11.09.	Tejeskávé (1, 2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*; Kigyóuborka;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*; Paradicsom;	Magyaros burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Rakott karfiol (1, 2, 3, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Kefir (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Húsos lecsó; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=367,50kcal FH=13,00g ZS=11,78g SZH=49,98g CK=20,96g SÓ=0,93g TZS=7,19g	EN=238,55kcal FH=6,64g ZS=10,38g SZH=28,54g CK=1,69g SÓ=0,86g TZS=1,83g	EN=737,85kcal FH=31,56g ZS=38,83g SZH=65,91g CK=7,33g SÓ=2,90g TZS=5,52g	EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g	EN=479,80kcal FH=19,59g ZS=22,40g SZH=57,40g CK=5,94g SÓ=4,90g TZS=0,44g
SZERDA 2021.11.10.	Tea 'Citromos'; Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;	Túrós bukta (1, 2, 3)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Húsos-paradicsomos rakott tészta (1, 2)*; Alma;	Molnárika (1, 2, 3)*; Kockasajt (2)*;	Tea 'Citromos'; Mustár (11)*; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*;
	EN=289,64kcal FH=9,72g ZS=10,30g SZH=39,27g CK=9,92g SÓ=1,72g TZS=4,16g	EN=224,00kcal FH=9,10g ZS=5,25g SZH=34,30g CK=11,90g SÓ=0,34g TZS=0,07g	EN=776,34kcal FH=34,02g ZS=29,48g SZH=90,90g CK=10,21g SÓ=2,78g TZS=5,54g	EN=267,90kcal FH=7,16g ZS=10,90g SZH=34,29g CK=4,95g SÓ=1,63g TZS=6,54g	EN=677,26kcal FH=11,01g ZS=30,62g SZH=68,37g CK=10,03g SÓ=4,04g TZS=3,92g
CSÜTÖRTÖK 2021.11.11.	Tej (2)*; Házi körözött (2)*; Kenyér 'Rozs' (1)*; Kigyóuborka;	Méz; Margarin mini 'Riso'; Fonottká	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Roston sült hal (1, 5, 9)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Joghurt (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Rántott csirkemell 'mirelit (1, 2, 3)*; Finomf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=319,27kcal FH=17,86g ZS=6,78g SZH=45,93g CK=12,09g SÓ=1,49g TZS=2,56g	EN=230,10kcal FH=4,05g ZS=3,85g SZH=45,38g CK=18,32g SÓ=0,50g TZS=0,70g	EN=792,62kcal FH=34,92g ZS=32,64g SZH=83,14g CK=3,42g SÓ=4,22g TZS=3,75g	EN=273,12kcal FH=9,43g ZS=8,99g SZH=37,46g CK=12,16g SÓ=0,55g TZS=5,42g	EN=520,19kcal FH=23,74g ZS=11,90g SZH=77,96g CK=19,30g SÓ=2,85g TZS=1,57g
PÉNTEK 2021.11.12.	Gyümölcs tea; Csirkemell sonka (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Kigyóuborka;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliz hely (1)*;	Rizsleves (5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Mandarin;	Fonottká 'Napraforgómagos' (1, 2, 3)*; Margarin mini 'Riso'; Paradicsom;	Camping sajt (2)*; Zsemle (1)*; Kakaós csiga (1, 2)*; Alma;
	EN=270,30kcal FH=11,90g ZS=7,01g SZH=39,68g CK=9,70g SÓ=1,84g TZS=2,04g	EN=236,80kcal FH=9,11g ZS=6,26g SZH=34,30g CK=8,70g SÓ=0,25g TZS=0,09g	EN=709,46kcal FH=23,92g ZS=32,16g SZH=73,12g CK=6,30g SÓ=2,91g TZS=1,60g	EN=270,50kcal FH=6,02g ZS=9,50g SZH=38,60g CK=6,00g SÓ=0,42g TZS=2,64g	EN=650,25kcal FH=16,50g ZS=28,96g SZH=78,56g CK=12,69g SÓ=3,13g TZS=16,67g

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; 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"