

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2021.11.29.	Tea 'Csipkebogyó'; Vajkrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;	Csemege szalámi; Zsemle (1)*;	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárika (1, 2, 3)*;	Paprikás sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*; Céklasaláta (6, 15)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=234,00kcal FH=6,66g ZS=5,10g SZH=39,83g CK=9,45g SÓ=0,92g TZS=0,24g	EN=245,25kcal FH=7,84g ZS=10,53g SZH=28,67g CK=0,16g SÓ=1,48g TZS=4,52g	EN=701,62kcal FH=28,83g ZS=29,27g SZH=78,82g CK=19,12g SÓ=1,30g TZS=1,00g	EN=299,90kcal FH=8,08g ZS=7,91g SZH=47,53g CK=21,20g SÓ=0,61g TZS=4,79g	EN=638,01kcal FH=31,41g ZS=21,71g SZH=73,59g CK=2,41g SÓ=3,56g TZS=1,39g
KEDD 2021.11.30.	F zött kakaó (2, 4)*; Zala felvágott (4)*; Margarin 'Liga'; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Dobozos üdít 'alma'; Méz; Zsemle 'rozsos' (1)*;	Brokkolikrémeles sárgarépakockával (1, 2, 5)*; Paprikásburgonya hússal (1, 3, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Kockasajt (2)*; Zsemle (1)*; Alma;	Lecsós csirkeragu; Tarhonya (1)*; Vegyes vágott (6, 15)*;
	EN=399,81kcal FH=16,86g ZS=16,31g SZH=45,02g CK=20,27g SÓ=1,79g TZS=7,43g	EN=267,69kcal FH=4,22g ZS=0,66g SZH=61,89g CK=36,58g SÓ=0,58g TZS=0,29g	EN=744,14kcal FH=31,78g ZS=31,95g SZH=76,40g CK=4,86g SÓ=4,67g TZS=0,93g	EN=270,65kcal FH=7,92g ZS=7,53g SZH=41,33g CK=0,16g SÓ=1,88g TZS=4,82g	EN=473,55kcal FH=25,96g ZS=12,63g SZH=61,28g CK=4,87g SÓ=3,51g TZS=1,07g
SZERDA 2021.12.01.	Tej (2)*; Petrezselymes tejfölösturó (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Mandarin;	Kassai burgonyaleves (1, 2, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Kelkáposzta f zelék (1, 5)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Pizzás csiga (1, 2, 4)*;	Tea 'Citromos'; Pizza (1, 2)*;
	EN=308,17kcal FH=18,97g ZS=6,93g SZH=42,18g CK=12,11g SÓ=1,43g TZS=2,74g	EN=211,62kcal FH=4,82g ZS=3,59g SZH=38,32g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=714,80kcal FH=22,11g ZS=31,73g SZH=81,63g CK=9,21g SÓ=3,32g TZS=8,60g	EN=349,60kcal FH=8,80g ZS=17,60g SZH=37,60g CK=3,44g SÓ=1,52g TZS=9,60g	EN=703,55kcal FH=27,05g ZS=26,06g SZH=84,11g CK=14,78g SÓ=2,95g TZS=5,74g
CSÜTÖRTÖK 2021.12.02.	Tejeskávé (1, 2)*; Toast sonka; Margarin 'Delma' (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Margarin mini 'Riso'; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*; Banán;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Paradicsomos burgonyaf zelék (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Kefír (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Csikós tokány (1, 2, 5)*; Tészta 'Szarvacska' (1)*; Vegyes vágott (6, 15)*;
	EN=369,30kcal FH=16,18g ZS=10,65g SZH=50,09g CK=21,16g SÓ=2,06g TZS=5,43g	EN=289,58kcal FH=5,85g ZS=3,72g SZH=56,34g CK=0,16g SÓ=0,58g TZS=0,37g	EN=699,81kcal FH=34,77g ZS=20,35g SZH=80,85g CK=11,15g SÓ=3,01g TZS=2,13g	EN=237,50kcal FH=8,85g ZS=6,60g SZH=34,60g CK=7,60g SÓ=0,65g TZS=4,15g	EN=709,59kcal FH=27,57g ZS=36,98g SZH=62,21g CK=4,95g SÓ=3,18g TZS=2,48g
PÉNTEK 2021.12.03.	Tej (2)*; F tt tojás (3)*; Margarin 'Liga'; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Alma; Csirke májkrém; Kifli (1, 2)*;	Körtekrémeles (1, 2)*; Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Galuska (1, 3)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Fejeskáposzta-saláta (6, 15)*;	Joghurt (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Ásványvíz; Májkrém; Zsemle (1)*; Kakaós csiga (1, 2)*; Alma;
	EN=331,45kcal FH=16,81g ZS=11,16g SZH=36,38g CK=12,34g SÓ=1,18g TZS=4,92g	EN=243,25kcal FH=7,40g ZS=7,73g SZH=34,64g CK=1,63g SÓ=0,86g TZS=2,25g	EN=820,58kcal FH=51,68g ZS=19,74g SZH=150,75g CK=28,38g SÓ=3,20g TZS=1,69g	EN=273,12kcal FH=9,43g ZS=8,99g SZH=37,46g CK=12,16g SÓ=0,55g TZS=5,42g	EN=629,25kcal FH=13,10g ZS=30,46g SZH=73,11g CK=12,69g SÓ=1,87g TZS=13,47g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákkfélek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek)

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"