

	<b>Reggeli</b>	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>	<b>Vacsora</b>
<b>HÉTF</b> 2022.05.09.	Citromos tea; Csemege szalámi; Delma Margarin (2)*; Rozs kenyér (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Zsemle (1)*;	Lencseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Tavaszi rizottó (5)*; Vegyes saláta;	Csirkemájkrém 50g; Kifli (1, 2)*; Zöldpaprika;	Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sárgarépa felék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=312,94kcal FH=7,68g ZS=12,88g SZH=41,09g CK=9,34g SÓ=1,84g TZS=4,98g	EN=265,45kcal FH=8,36g ZS=4,53g SZH=46,17g CK=16,41g SÓ=0,87g TZS=3,07g	EN=790,24kcal FH=34,25g ZS=31,63g SZH=108,02g CK=15,14g SÓ=3,26g TZS=1,32g	EN=268,85kcal FH=9,78g ZS=12,26g SZH=28,72g CK=1,63g SÓ=1,12g TZS=3,35g	EN=531,88kcal FH=31,57g ZS=15,90g SZH=54,64g CK=19,00g SÓ=2,26g TZS=1,86g
<b>KEDD</b> 2022.05.10.	Tejeskávé (1, 2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*; Kigyóuborka;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Burgonyaleves (1, 2, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Finomf zselé (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*; Alma;	Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*;
	EN=367,50kcal FH=13,00g ZS=11,78g SZH=49,98g CK=20,96g SÓ=0,93g TZS=7,19g	EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g	EN=693,70kcal FH=27,56g ZS=24,69g SZH=85,65g CK=17,50g SÓ=3,13g TZS=2,08g	EN=264,25kcal FH=6,62g ZS=10,28g SZH=34,94g CK=1,69g SÓ=0,86g TZS=1,83g	EN=513,81kcal FH=27,56g ZS=15,71g SZH=56,69g CK=7,16g SÓ=2,04g TZS=1,36g
<b>SZERDA</b> 2022.05.11.	Citromos tea; Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Kockasajt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Paradicsomleves bet tésztaival (1, 3, 5)*; Csirkemájás sertésragu (1, 5)*; Kukoricás rizs (5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Túrós bukta (1, 2, 3)*;	Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Romanobabf zselé (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=289,64kcal FH=9,72g ZS=10,30g SZH=39,27g CK=9,92g SÓ=1,72g TZS=4,16g	EN=267,90kcal FH=7,16g ZS=10,90g SZH=34,29g CK=4,95g SÓ=1,63g TZS=6,54g	EN=791,19kcal FH=32,45g ZS=31,23g SZH=112,60g CK=20,11g SÓ=3,28g TZS=1,55g	EN=224,00kcal FH=9,10g ZS=5,25g SZH=34,30g CK=11,90g SÓ=0,34g TZS=0,07g	EN=532,83kcal FH=19,21g ZS=28,96g SZH=52,54g CK=4,71g SÓ=2,41g TZS=7,75g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2022.05.12.	Tej (2)*; Házi körözött (2)*; Rozs kenyér (1)*; Retek;	Joghurt (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Eperleves (1, 2)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Galuska (1, 3)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Méz; Bebo Mini Margarin; Fonottka (1, 2)*; Alma;	Tiszai aprópecsenye (1, 5)*; Hagymás burgonya; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=328,27kcal FH=18,36g ZS=6,73g SZH=47,08g CK=12,09g SÓ=1,49g TZS=2,56g	EN=273,12kcal FH=9,43g ZS=8,99g SZH=37,46g CK=12,16g SÓ=0,55g TZS=5,42g	EN=716,08kcal FH=42,74g ZS=15,66g SZH=143,94g CK=14,92g SÓ=2,92g TZS=1,92g	EN=276,20kcal FH=4,53g ZS=4,85g SZH=53,78g CK=18,32g SÓ=0,50g TZS=1,40g	EN=629,60kcal FH=22,74g ZS=29,51g SZH=61,91g CK=1,21g SÓ=2,21g TZS=1,97g
<b>PÉNTEK</b> 2022.05.13.	Gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Delma Margarin (2)*; Magvas kenyér (1, 12)*; Kigyóuborka;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliz pehely (1)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz; Spagetti (1)*; Sajt szórát (2)*; Alma;	Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*; Bebo Mini Margarin;	Joghurt (2)*; Májkrém; Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;
	EN=302,70kcal FH=11,10g ZS=11,41g SZH=39,59g CK=9,42g SÓ=1,76g TZS=3,60g	EN=236,80kcal FH=9,11g ZS=6,26g SZH=34,30g CK=8,70g SÓ=0,25g TZS=0,09g	EN=707,68kcal FH=29,43g ZS=29,25g SZH=79,05g CK=10,98g SÓ=2,92g TZS=5,47g	EN=267,90kcal FH=5,52g ZS=10,40g SZH=36,60g CK=6,00g SÓ=0,42g TZS=3,34g	EN=726,10kcal FH=22,80g ZS=38,90g SZH=67,90g CK=9,79g SÓ=3,01g TZS=19,30g

**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:**

**Klűg**

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=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek)

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