

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
<b>HÉTF</b> 2022.05.23.	F zött kakaó (2, 4)*; Sajtkrém (2, 5)*; Rozs kenyér (1)*; Paradicsom;	Gyümölcsös krémmjoghurt (1, 2)*; Négy magvas zsemle (1, 12)*;	Karfiollevés (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Fejes saláta;	Csirke májkrém 50g; Kifli (1, 2)*;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Csemege uborka (11)*;
	EN=422,91kcal FH=14,73g ZS=14,19g SZH=57,79g CK=19,96g SÓ=1,99g TZS=8,62g	EN=265,98kcal FH=8,41g ZS=5,22g SZH=44,80g CK=16,41g SÓ=0,81g TZS=3,12g	EN=775,92kcal FH=31,10g ZS=30,96g SZH=89,00g CK=10,58g SÓ=4,36g TZS=1,24g	EN=258,85kcal FH=9,18g ZS=12,11g SZH=27,22g CK=1,63g SÓ=1,12g TZS=3,35g	EN=466,14kcal FH=27,57g ZS=15,97g SZH=47,15g CK=3,83g SÓ=3,00g TZS=2,54g
<b>KEDD</b> 2022.05.24.	Zöldtea-citrusos; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Bazsalikomos paradicsomlevés (1, 3, 5)*; Rizseshús (5)*; Vegyes saláta;	Briós (1, 2, 3)*; Alma;	Bükki aprópecsenye (1, 2, 4, 5)*; Bulgur (1, 5)*;
	EN=300,70kcal FH=8,96g ZS=13,00g SZH=36,59g CK=9,46g SÓ=1,78g TZS=5,16g	EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g	EN=775,12kcal FH=27,38g ZS=36,11g SZH=102,29g CK=30,18g SÓ=3,20g TZS=1,33g	EN=311,60kcal FH=6,01g ZS=5,25g SZH=58,52g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=630,63kcal FH=23,05g ZS=32,18g SZH=52,42g CK=2,35g SÓ=1,97g TZS=1,77g
<b>SZERDA</b> 2022.05.25.	Tejeskávé (1, 2)*; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés császár zsemle (1, 2)*; Retek;	Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Filézett halászlé (5, 9)*; Túrós tészta (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Alma; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Bebo Mini Margarin; Zsemle (1)*; Alma;	Citromos tea; Pizza (1, 2)*;
	EN=432,30kcal FH=18,36g ZS=16,33g SZH=50,91g CK=20,86g SÓ=1,82g TZS=7,39g	EN=219,85kcal FH=6,73g ZS=8,16g SZH=29,03g CK=1,63g SÓ=1,71g TZS=5,10g	EN=777,13kcal FH=36,71g ZS=24,96g SZH=101,84g CK=26,58g SÓ=4,48g TZS=4,16g	EN=209,15kcal FH=4,72g ZS=4,03g SZH=37,07g CK=0,16g SÓ=0,64g TZS=1,02g	EN=703,55kcal FH=27,05g ZS=26,06g SZH=84,11g CK=14,78g SÓ=2,95g TZS=5,74g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2022.05.26.	Erdei gyümölcs tea; Sajt (2)*; Delma Margarin (2)*; Kifli (1, 2)*; Paradicsom;	Csemege szalámi; Zsemle (1)*;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;	Joghurt (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Sült virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Tökf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=324,65kcal FH=14,11g ZS=12,46g SZH=37,67g CK=10,67g SÓ=1,37g TZS=7,32g	EN=245,25kcal FH=7,84g ZS=10,53g SZH=28,67g CK=0,16g SÓ=1,48g TZS=4,52g	EN=836,85kcal FH=39,95g ZS=26,66g SZH=98,58g CK=5,45g SÓ=2,43g TZS=0,81g	EN=240,50kcal FH=9,15g ZS=6,75g SZH=34,90g CK=7,90g SÓ=0,65g TZS=4,30g	EN=480,51kcal FH=9,17g ZS=23,20g SZH=47,54g CK=12,22g SÓ=2,51g TZS=2,51g
<b>PÉNTEK</b> 2022.05.27.	Citromos tea; Házi körözött (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Poharas tej (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Meggy mártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*;	Lekváros bukta (1, 2, 3)*; Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Alma;
	EN=235,71kcal FH=11,50g ZS=3,20g SZH=39,64g CK=9,44g SÓ=1,11g TZS=0,24g	EN=298,90kcal FH=10,76g ZS=9,50g SZH=40,63g CK=4,95g SÓ=0,39g TZS=2,04g	EN=780,28kcal FH=34,81g ZS=19,70g SZH=104,66g CK=32,85g SÓ=3,75g TZS=1,83g	EN=227,05kcal FH=6,14g ZS=10,28g SZH=26,54g CK=1,69g SÓ=0,86g TZS=1,83g	EN=516,05kcal FH=11,62g ZS=12,43g SZH=86,85g CK=18,22g SÓ=2,20g TZS=7,27g

**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"**