

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2022.09.12.	Zöldtea-citrusos; Sajt (2)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlés kenyér (1)*;	Poharas tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Túrós galuskaleves (1, 2, 3)*; Csikós tokány (1, 2, 5)*; Törtburgonya (5)*;	Briós (1, 2, 3)*; Körte;	Leccsós szelet (1, 5)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Fejeskáposzta-saláta;
	EN=320,70kcal FH=15,36g ZS=11,80g SZH=37,78g CK=9,46g SÓ=1,74g TZS=6,96g	EN=298,90kcal FH=10,76g ZS=9,50g SZH=40,63g CK=4,95g SÓ=0,39g TZS=2,04g	EN=808,17kcal FH=28,19g ZS=45,07g SZH=64,39g CK=1,98g SÓ=2,99g TZS=3,19g	EN=336,80kcal FH=6,01g ZS=5,25g SZH=64,52g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=531,68kcal FH=29,23g ZS=16,92g SZH=59,46g CK=8,67g SÓ=2,23g TZS=2,88g
KEDD 2022.09.13.	F zött kakaó (2, 4)*; Vajkrém (2)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Méz; Kifli (1, 2)*; Szilva;	Paradicsomleves bet tésztaival (1, 3, 5)*; Rakott karfiol (1, 2, 3, 5)*;	Joghurt (2)*; Lenmagos zsemle (1)*;	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Mustár (11)*;
	EN=387,91kcal FH=14,68g ZS=12,68g SZH=53,04g CK=23,91g SÓ=1,17g TZS=4,88g	EN=244,85kcal FH=4,23g ZS=1,16g SZH=54,35g CK=18,05g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=700,61kcal FH=30,37g ZS=31,15g SZH=77,16g CK=25,17g SÓ=2,03g TZS=2,36g	EN=236,00kcal FH=9,80g ZS=7,65g SZH=31,95g CK=6,20g SÓ=0,75g TZS=4,05g	EN=677,26kcal FH=11,01g ZS=30,62g SZH=68,37g CK=10,03g SÓ=4,04g TZS=3,92g
SZERDA 2022.09.14.	Erdei gyümölcs tea; F tt tojás (3)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Poharas tej (2)*; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Debreceni aprópecsenye (1, 2, 4)*; Kelkáposzta f zelék (1, 5)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*;	szibarack-Alma Dobozos üdít ; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*; Alma;
	EN=280,75kcal FH=10,81g ZS=7,51g SZH=38,90g CK=9,64g SÓ=1,10g TZS=2,31g	EN=360,40kcal FH=12,32g ZS=12,50g SZH=47,20g CK=6,00g SÓ=0,42g TZS=2,64g	EN=730,88kcal FH=28,77g ZS=32,26g SZH=76,57g CK=2,17g SÓ=2,87g TZS=2,52g	EN=274,12kcal FH=4,33g ZS=3,59g SZH=53,46g CK=18,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=624,44kcal FH=20,15g ZS=29,06g SZH=62,97g CK=0,70g SÓ=1,74g TZS=7,18g
CSÜTÖRTÖK 2022.09.15.	Tej (2)*; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlés zsemle (1)*; Paradicsom;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Gyrosos sertés aprópecsenye (1, 5)*; Kukoricás rizs (5)*;	Kakaós csiga (1, 2)*; Alma;	Húsos tarhonya (1, 5)*; Uborkasaláta;
	EN=352,40kcal FH=17,96g ZS=13,65g SZH=38,78g CK=12,36g SÓ=1,90g TZS=5,97g	EN=337,20kcal FH=8,19g ZS=16,05g SZH=38,49g CK=6,06g SÓ=0,81g TZS=3,87g	EN=763,57kcal FH=26,10g ZS=34,49g SZH=103,32g CK=26,74g SÓ=2,42g TZS=1,70g	EN=329,80kcal FH=4,26g ZS=14,63g SZH=43,89g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g	EN=645,26kcal FH=26,64g ZS=28,30g SZH=67,60g CK=8,27g SÓ=2,44g TZS=0,83g
PÉNTEK 2022.09.16.	Zöldpaprika; Citromos tea; Tejfölös-túrós (2)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*;	Diákcsemege szalámi; Zsemle (1)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Amerikai palacsinta (1, 2, 3)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Kockasajt (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Banán; Méz; Dzsem (db) (13)*; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Pizzás csiga (1, 2, 4)*;
	EN=234,44kcal FH=11,59g ZS=3,35g SZH=39,01g CK=9,40g SÓ=1,02g TZS=0,24g	EN=239,85kcal FH=7,84g ZS=9,93g SZH=28,77g CK=0,26g SÓ=1,44g TZS=4,12g	EN=753,17kcal FH=28,08g ZS=30,17g SZH=87,96g CK=38,39g SÓ=2,70g TZS=5,96g	EN=253,20kcal FH=8,54g ZS=7,60g SZH=37,62g CK=0,78g SÓ=2,08g TZS=4,56g	EN=851,80kcal FH=17,41g ZS=19,92g SZH=147,66g CK=36,38g SÓ=2,47g TZS=10,80g

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"