

| | Reggeli | Tízórai | Ebéd A | Uzsonna | Vacsora |
|---------------------------------|---|---|--|---|---|
| HÉTF 2022.11.28. | Meggyes gyümölcs Tea; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; | Liga Margarin; Zsemle (1)*; | Palócleves (1, 2, 3, 5)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; | Alma; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; | Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Mustár (11)*; |
| | EN=292,60kcal FH=8,67g ZS=7,70g SZH=46,83g CK=9,82g SÓ=1,71g TZS=4,66g | EN=162,05kcal FH=4,30g ZS=2,93g SZH=28,73g CK=0,22g SÓ=0,73g TZS=1,04g | EN=810,41kcal FH=26,79g ZS=38,90g SZH=84,40g CK=19,35g SÓ=0,67g TZS=0,96g | EN=115,80kcal FH=1,42g ZS=1,44g SZH=23,60g CK=7,00g SÓ=0,02g TZS=0,60g | EN=640,72kcal FH=11,01g ZS=30,62g SZH=59,33g CK=0,99g SÓ=4,04g TZS=3,92g |
| KEDD 2022.11.29. | Csipkebogyó tea; Zala felvágott (4)*; Delma Margarin (2)*; Zsemle (1)*; | Méz; Kifli (1, 2)*; | Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Törtburgonya (5)*; | Fonottka (1, 2)*; | Húsos tarhonya (1, 5)*; Vegyes vágott (6, 15)*; |
| | EN=284,75kcal FH=9,92g ZS=9,73g SZH=39,10g CK=9,39g SÓ=1,61g TZS=3,44g | EN=171,85kcal FH=3,57g ZS=1,16g SZH=37,13g CK=13,95g SÓ=0,49g TZS=0,60g | EN=829,79kcal FH=27,37g ZS=38,74g SZH=84,64g CK=19,56g SÓ=1,77g TZS=2,97g | EN=147,50kcal FH=4,05g ZS=1,35g SZH=28,90g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g | EN=682,24kcal FH=28,61g ZS=30,82g SZH=67,68g CK=4,87g SÓ=2,88g TZS=0,86g |
| SZERDA 2022.11.30. | F zött kakaó (2, 4)*; Delma Margarin (2)*; Zsemle (1)*; | Fatörzskifli (1, 2, 3)*; | Gyümölcsleves (1, 2)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Párolt rizs (5)*; | Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*; | Citromos tea; Pizza (1, 2)*; |
| | EN=361,36kcal FH=12,34g ZS=10,56g SZH=52,74g CK=23,66g SÓ=0,99g TZS=5,68g | EN=180,12kcal FH=4,33g ZS=3,59g SZH=31,46g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g | EN=701,22kcal FH=22,39g ZS=29,04g SZH=104,48g CK=26,87g SÓ=0,94g TZS=1,01g | EN=227,05kcal FH=6,14g ZS=10,28g SZH=26,54g CK=1,69g SÓ=0,86g TZS=1,83g | EN=703,55kcal FH=27,05g ZS=26,06g SZH=84,11g CK=14,78g SÓ=2,69g TZS=5,74g |
| CSÜTÖRTÖK 2022.12.01. | Csipkebogyó tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; | Bebo Mini Margarin; Zsemle (1)*; | Karalábéleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; | Alma dobozos üdít ; | Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Párolt rizs (5)*; |
| | EN=326,50kcal FH=9,08g ZS=13,00g SZH=42,89g CK=9,88g SÓ=1,78g TZS=4,98g | EN=171,95kcal FH=4,24g ZS=4,03g SZH=28,67g CK=0,16g SÓ=0,64g TZS=1,02g | EN=703,45kcal FH=30,23g ZS=33,88g SZH=66,99g CK=10,44g SÓ=1,65g TZS=4,78g | EN=84,20kcal FH=0,30g ZS=0,08g SZH=20,50g CK=20,00g SÓ=0,00g TZS=0,03g | EN=438,54kcal FH=25,66g ZS=14,60g SZH=70,48g CK=7,09g SÓ=0,84g TZS=1,01g |
| PÉNTEK 2022.12.02. | Citromos tea; Házi körözött (2)*; Zsemle (1)*; | Molnárka (1, 2, 3)*; Alma; | BrokkolikréMLEVES (1, 2, 5, 6)*; Aprópecsenye (5)*; Hagymás burgonya; | Lekvár; Félbarna kenyér (1)*; | Bebo Mini Margarin; Kifli (1, 2)*; Túrós bukta (1, 2, 3)*; Alma; |
| | EN=230,26kcal FH=10,02g ZS=3,03g SZH=39,25g CK=9,24g SÓ=0,77g TZS=0,32g | EN=212,10kcal FH=4,44g ZS=3,90g SZH=38,43g CK=4,95g SÓ=0,39g TZS=2,04g | EN=723,70kcal FH=28,57g ZS=36,38g SZH=62,19g CK=3,07g SÓ=1,25g TZS=1,17g | EN=221,70kcal FH=5,43g ZS=0,63g SZH=48,41g CK=15,78g SÓ=0,86g TZS=0,06g | EN=419,55kcal FH=13,11g ZS=9,91g SZH=67,47g CK=13,53g SÓ=0,81g TZS=1,37g |

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=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek)

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"