

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2023.03.13.	Meggyes gyümölcs Tea; Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lekvár; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; Paradicsomos burgonyaf zelék (1, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Kockasajt (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Lasagne (1, 2, 5)*;
	EN=295,30kcal FH=8,96g ZS=12,40g SZH=36,69g CK=9,56g SÓ=1,74g TZS=4,76g	EN=217,50kcal FH=5,37g ZS=3,02g SZH=42,17g CK=15,42g SÓ=0,96g TZS=0,96g	EN=798,05kcal FH=25,05g ZS=19,42g SZH=124,42g CK=10,98g SÓ=2,51g TZS=4,14g	EN=290,40kcal FH=9,02g ZS=7,60g SZH=46,02g CK=0,78g SÓ=2,08g TZS=4,56g	EN=546,96kcal FH=24,60g ZS=20,97g SZH=63,71g CK=7,37g SÓ=2,04g TZS=4,69g
KEDD 2023.03.14.	Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Jégcsap retek;	Filézett halászlé (5, 9)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;	Tej (2)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Kelkáposzta f zelék (1, 5)*;
	EN=303,54kcal FH=10,70g ZS=9,45g SZH=43,91g CK=10,08g SÓ=1,74g TZS=3,18g	EN=233,90kcal FH=9,02g ZS=7,75g SZH=31,66g CK=0,36g SÓ=1,72g TZS=4,84g	EN=752,84kcal FH=26,42g ZS=29,52g SZH=95,08g CK=21,14g SÓ=3,69g TZS=3,47g	EN=327,80kcal FH=12,52g ZS=8,57g SZH=49,24g CK=18,02g SÓ=0,79g TZS=4,88g	EN=502,61kcal FH=22,77g ZS=24,36g SZH=44,20g CK=1,22g SÓ=0,83g TZS=0,67g
SZERDA 2023.03.15.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Jégcsap retek;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Félbarna kenyér (1)*;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Lekváros bukta (1, 2, 3)*;	Kockasajt (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gyümölcs tea; Virsli (1, 2, 3, 4)*; Mustár (11)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=282,34kcal FH=11,43g ZS=9,85g SZH=37,48g CK=9,66g SÓ=1,82g TZS=3,36g	EN=293,80kcal FH=8,82g ZS=12,76g SZH=35,72g CK=0,86g SÓ=1,36g TZS=1,70g	EN=808,41kcal FH=23,83g ZS=25,76g SZH=115,61g CK=36,81g SÓ=1,49g TZS=4,71g	EN=227,40kcal FH=8,42g ZS=7,60g SZH=31,32g CK=0,36g SÓ=2,08g TZS=4,74g	EN=310,80kcal FH=10,39g ZS=9,81g SZH=44,62g CK=9,97g SÓ=1,70g TZS=2,82g
CSÜTÖRTÖK 2023.03.16.	Citromos tea; Sajt (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Félbarna kenyér (1)*; Házi körözött (2)*;	Pásztorleves (1, 5)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Petrezselymes rizs (5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;	Citromos tea; Pizza (1, 2)*;
	EN=323,39kcal FH=14,30g ZS=11,73g SZH=38,98g CK=9,26g SÓ=1,53g TZS=7,04g	EN=221,99kcal FH=11,33g ZS=3,82g SZH=35,13g CK=0,82g SÓ=0,98g TZS=0,06g	EN=808,05kcal FH=27,87g ZS=34,36g SZH=112,49g CK=4,96g SÓ=1,81g TZS=2,07g	EN=272,40kcal FH=10,56g ZS=9,40g SZH=36,12g CK=0,62g SÓ=1,74g TZS=3,36g	EN=703,55kcal FH=27,05g ZS=26,06g SZH=84,11g CK=14,78g SÓ=2,69g TZS=5,74g
PÉNTEK 2023.03.17.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Vanília krémturó (1, 2, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Lebbencsleves (1, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Spenót (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;
	EN=266,53kcal FH=11,16g ZS=3,08g SZH=47,77g CK=13,40g SÓ=0,84g TZS=0,06g	EN=296,60kcal FH=9,60g ZS=13,15g SZH=34,92g CK=0,84g SÓ=1,78g TZS=4,98g	EN=790,30kcal FH=33,73g ZS=32,65g SZH=84,81g CK=10,96g SÓ=2,27g TZS=3,27g	EN=226,90kcal FH=8,47g ZS=7,70g SZH=31,06g CK=0,36g SÓ=1,71g TZS=4,84g	EN=432,50kcal FH=10,60g ZS=12,88g SZH=66,51g CK=10,33g SÓ=1,35g TZS=3,03g

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"**