

HÉTFŐ 2023.10.16.		KEDD 2023.10.17.		SZERDA 2023.10.18.		CSÜTÖRTÖK 2023.10.19.		PÉNTEK 2023.10.20.	
Reggeli	Zöldtea-citrusos; Sajt (2)*; Liga Margarini; Hosszú zsemle (1)*;	Főzött kakao (2, 4)*; Valkrém (2)*; Zsemle (1)*;	EN-357,96kcal FH=13,45g ZS=9,31g SZH=53,80g CK=23,71g SO=0,97g Tzs=2,96g	EN-238,20kcal FH=5,81g ZS=3,00g SZH=47,88g CK=12,73g SO=0,95g Tzs=0,95g	EN-357,96kcal FH=13,45g ZS=9,31g SZH=53,80g CK=23,71g SO=0,97g Tzs=2,96g	EN-226,38kcal FH=6,08g ZS=3,24g SZH=42,92g CK=9,89g SO=1,03g Tzs=0,98g	Tej (2)*; Petrezselmes tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Zsemle (1)*;	EN-357,96kcal FH=13,45g ZS=9,31g SZH=53,80g CK=23,71g SO=0,97g Tzs=2,96g	EN-357,96kcal FH=13,45g ZS=9,31g SZH=53,80g CK=23,71g SO=0,97g Tzs=2,96g
Tízórai	Zala felvágott (4)*; Liga Margarini; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Méz; Liga Margarini; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	EN-238,20kcal FH=5,81g ZS=3,00g SZH=47,88g CK=12,73g SO=0,95g Tzs=0,95g	EN-219,80kcal FH=6,58g ZS=5,00g SZH=36,76g CK=0,41g SO=0,92g Tzs=0,24g	EN-219,80kcal FH=6,58g ZS=5,00g SZH=36,76g CK=0,41g SO=0,92g Tzs=0,24g	Alma dobozos újdíó; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	EN-264,33kcal FH=4,63g ZS=3,67g SZH=51,96g CK=26,16g SO=0,40g Tzs=1,95g	Sajtkrém (2, 5)*; Rozsos párna (1, 12)*;	EN-262,18kcal FH=3,18g ZS=9,84g SZH=34,46g CK=0,45g SO=1,49g Tzs=5,10g
Ebéd A	Magyaros gombaleves (1, 2, 3, 5)*; Sertésrizottó (5)*; Sajt szórat (2)*;	Tárkonyos csirkereguleves (1, 3, 5)*; Sajtcsont (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Vegyes saláta;	EN-788,07kcal FH=36,11g ZS=27,46g SZH=95,29g CK=15,75g SO=3,11g Tzs=7,72g	EN-787,38kcal FH=31,84g ZS=33,69g SZH=64,76g CK=6,45g SO=3,09g Tzs=1,21g	EN-788,07kcal FH=36,11g ZS=27,46g SZH=95,29g CK=15,75g SO=3,11g Tzs=7,72g	Nyírségi gombócleves (1, 2, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Meggy mártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	EN-782,17kcal FH=37,45g ZS=20,74g SZH=96,67g CK=34,85g SO=1,86g Tzs=1,39g	Filézett halászlé (5, 9)*; Mákos guba (1, 2, 3, 4, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*; Alma;	EN-942,68kcal FH=34,91g ZS=30,32g SZH=130,74g CK=20,98g SO=4,34g Tzs=5,52g
Uzsonna	Briós (1, 2, 3)*; Alma;	Molnárika (1, 2, 3)*; Joghurt (2)*;	EN-311,60kcal FH=6,01g ZS=5,25g SZH=38,52g CK=16,45g SO=0,49g Tzs=2,59g	EN-349,60kcal FH=8,80g ZS=17,60g SZH=57,60g CK=3,44g SO=1,52g Tzs=9,60g	EN-267,90kcal FH=9,06g ZS=9,30g SZH=36,03g CK=10,95g SO=0,54g Tzs=5,53g	Sajt (2)*; Liga Margarini; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	EN-280,80kcal FH=15,28g ZS=11,80g SZH=28,32g CK=0,42g SO=1,74g Tzs=6,98g	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	EN-251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SO=0,70g Tzs=3,35g
Vacsora	Citromos tea; Pizza (1, 2)*;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Finomítozék (1, 2)*;	EN-703,55kcal FH=27,05g ZS=26,06g SZH=84,11g CK=14,78g SO=2,88g Tzs=5,74g	EN-519,82kcal FH=24,79g ZS=17,20g SZH=60,05g CK=0,25g SO=0,75g Tzs=2,41g	EN-440,48kcal FH=28,54g ZS=14,98g SZH=45,69g CK=14,80g SO=0,53g Tzs=1,38g	Szárnycs rizottó (5)*; Alma befőtt;	EN-572,47kcal FH=39,14g ZS=18,32g SZH=126,06g CK=13,77g SO=0,92g Tzs=1,13g	Májkrem; Sajtcsont (1, 2, 3)*; Kifli (1, 2)*; Alma;	EN-590,45kcal FH=14,77g ZS=33,54g SZH=55,28g CK=3,59g SO=2,54g Tzs=1,49g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Jó étvágyat kívánunk



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kényértvári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@suli-host.hu

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SO= 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=Szézám; 13=Kén-dioxid;
 14=Csilagfűrt; 15=Edesfűszer; 16=Puhítószer

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

Étlap név:
Klóg