

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.12.06.	Tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Magyaros burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Zöldborsós csirkemáj ragu (5)*; Bulgur (1, 5)*; Vegyes vágott (6, 15)*; Szaloncukor (2, 6)*;	Diós kifli (1, 2, 4, 6)*; Alma;
	EN=284,90kcal FH=11,46g ZS=7,66g SZH=41,78g CK=16,70g SÓ=0,71g TZS=4,54g	EN=833,77kcal FH=36,80g ZS=30,66g SZH=91,22g CK=5,53g SÓ=5,32g TZS=5,72g	EN=328,40kcal FH=6,08g ZS=11,20g SZH=51,10g CK=2,80g SÓ=0,14g TZS=0,00g
KEDD 2021.12.07.	Dobozos üdít szí- alma; Lekváros bukta (1, 2, 3)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Sárgaborsóf zelék (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Sajtos pogácsa 'Vásárolt' Uzsi (1, 2)*;
	EN=353,00kcal FH=4,41g ZS=4,27g SZH=71,42g CK=28,59g SÓ=0,49g TZS=2,17g	EN=857,91kcal FH=40,58g ZS=35,69g SZH=88,20g CK=2,70g SÓ=2,88g TZS=1,54g	EN=270,90kcal FH=6,65g ZS=9,94g SZH=37,59g CK=1,26g SÓ=1,89g TZS=4,97g
SZERDA 2021.12.08.	Tej (2)*; Burgonyás pogácsa (1, 2)*;	Filézett halászlé (5, 9)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=251,40kcal FH=10,30g ZS=9,35g SZH=29,25g CK=11,75g SÓ=1,09g TZS=2,50g	EN=762,86kcal FH=25,46g ZS=27,59g SZH=103,31g CK=22,54g SÓ=4,52g TZS=5,72g	EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g
CSÜTÖRTÖK 2021.12.09.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11)*; Párolt rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Briós (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=782,69kcal FH=35,37g ZS=36,77g SZH=97,64g CK=2,55g SÓ=3,60g TZS=2,55g	EN=311,60kcal FH=6,01g ZS=5,25g SZH=58,52g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g
PÉNTEK 2021.12.10.	Poharas tej (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Sült virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Narancs;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=271,50kcal FH=10,85g ZS=6,95g SZH=39,50g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g	EN=715,63kcal FH=14,08g ZS=26,88g SZH=87,79g CK=1,28g SÓ=3,48g TZS=3,03g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g

**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:**

**Iskola 'B'**

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=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

**Suli-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**