

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2022.05.23.	Tej (2)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Fejes saláta;	Csemege szalámi; Delma Margarin (2)*; Kukoricás kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=272,05kcal FH=11,80g ZS=6,68g SZH=40,48g CK=11,97g SÓ=1,06g TZS=3,54g	EN=775,92kcal FH=31,10g ZS=30,96g SZH=89,00g CK=10,58g SÓ=4,36g TZS=1,24g	EN=289,70kcal FH=8,48g ZS=12,98g SZH=33,74g CK=0,12g SÓ=1,78g TZS=5,16g
KEDD 2022.05.24.	Meggyes gyümölcs Tea; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Hosszú zsemle (1)*; Ketchup;	Bazsalikomos paradicsomleves (1, 3, 5)*; Rizseshús (5)*; Vegyes saláta;	Tejfölös-túró (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=356,97kcal FH=5,16g ZS=13,68g SZH=39,30g CK=10,36g SÓ=1,97g TZS=1,81g	EN=775,12kcal FH=27,38g ZS=36,11g SZH=102,29g CK=30,18g SÓ=3,20g TZS=1,33g	EN=187,90kcal FH=10,99g ZS=3,20g SZH=28,46g CK=0,36g SÓ=1,02g TZS=0,24g
SZERDA 2022.05.25.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Rozs kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Filézett halászlé (5, 9)*; Túrós tészta (1)*; Túrós (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Alma; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lekvár; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=314,20kcal FH=12,94g ZS=8,68g SZH=45,70g CK=12,10g SÓ=1,30g TZS=2,56g	EN=777,13kcal FH=36,71g ZS=24,96g SZH=101,84g CK=26,58g SÓ=4,49g TZS=4,16g	EN=308,46kcal FH=5,48g ZS=10,46g SZH=48,45g CK=15,78g SÓ=0,87g TZS=6,90g
CSÜTÖRTÖK 2022.05.26.	F zött kakaó (2, 4)*; Delma Margarin (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=315,01kcal FH=11,20g ZS=9,51g SZH=43,98g CK=20,01g SÓ=0,91g TZS=4,98g	EN=847,17kcal FH=40,00g ZS=26,66g SZH=101,10g CK=5,62g SÓ=2,43g TZS=0,73g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g
PÉNTEK 2022.05.27.	Zöldtea-citrusos; Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Alföldileves (1, 3, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Meggymártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=293,00kcal FH=9,80g ZS=10,30g SZH=39,69g CK=9,92g SÓ=1,72g TZS=4,16g	EN=780,28kcal FH=34,81g ZS=19,70g SZH=104,66g CK=32,85g SÓ=3,75g TZS=1,83g	EN=299,90kcal FH=8,08g ZS=7,91g SZH=47,53g CK=21,20g SÓ=0,61g TZS=4,79g

**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=Rákkfélek; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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