

	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>
<b>HÉTF</b> 2022.06.27.	Citromos tea; Paradicsomos halpástétom (9)*; Félbarna kenyér (1)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lapkasajt (2)*; Delma Margarin (2)*; Kukoricás kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=331,14kcal FH=8,90g ZS=12,80g SZH=44,93g CK=9,90g SÓ=1,36g TZS=1,70g	EN=871,16kcal FH=25,28g ZS=26,01g SZH=131,33g CK=42,35g SÓ=2,07g TZS=1,45g	EN=340,40kcal FH=17,88g ZS=14,48g SZH=33,74g CK=0,12g SÓ=1,94g TZS=8,46g
<b>KEDD</b> 2022.06.28.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Delma Margarin (2)*; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Paradicsom; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Burgonyaleves (1, 2, 5)*; Húsos lecsó tarhonyával (1)*; Félbarna kenyér (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Rozsos párna (1, 12)*; Alma;
	EN=286,60kcal FH=10,60g ZS=9,50g SZH=39,37g CK=9,60g SÓ=1,74g TZS=3,36g	EN=762,99kcal FH=28,51g ZS=30,80g SZH=88,42g CK=13,34g SÓ=5,05g TZS=1,45g	EN=299,38kcal FH=8,66g ZS=9,84g SZH=42,86g CK=0,45g SÓ=1,49g TZS=5,10g
<b>SZERDA</b> 2022.06.29.	Citromos tea; Kockasajt (2)*; Liga Margarin; Lenmagos kenyér (1)*; Kigyóborka;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Sárgarépa zselé (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Csemege szalámi; Delma Margarin (2)*; Rozs kenyér (1)*;
	EN=316,14kcal FH=8,80g ZS=11,37g SZH=44,27g CK=9,28g SÓ=2,18g TZS=5,64g	EN=721,97kcal FH=28,69g ZS=31,06g SZH=78,17g CK=25,19g SÓ=2,98g TZS=2,90g	EN=276,40kcal FH=7,68g ZS=12,88g SZH=32,04g CK=0,30g SÓ=1,84g TZS=4,98g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2022.06.30.	Tejeskávé (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=333,90kcal FH=11,45g ZS=7,88g SZH=52,78g CK=22,50g SÓ=0,75g TZS=4,63g	EN=729,79kcal FH=32,60g ZS=36,44g SZH=84,62g CK=2,37g SÓ=3,18g TZS=2,43g	EN=250,30kcal FH=11,38g ZS=9,90g SZH=29,84g CK=0,62g SÓ=1,82g TZS=3,36g
<b>PÉNTEK</b> 2022.07.01.	Karamellás tej (2)*; Ken májas (1, 2, 4)*; Magvas kenyér (1, 12)*;	Olasz zöldségleves gyufatésztával (1, 3, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Uborkasaláta; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=425,20kcal FH=15,22g ZS=17,64g SZH=51,14g CK=22,36g SÓ=1,87g TZS=7,97g	EN=747,76kcal FH=37,48g ZS=20,87g SZH=88,32g CK=16,41g SÓ=3,47g TZS=3,25g	EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g

**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=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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