

	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>
<b>HÉTF</b> 2022.11.07.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Zsemle (1)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Méz; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;
	EN=298,65kcal FH=12,60g ZS=8,68g SZH=41,72g CK=11,96g SÓ=1,04g TZS=2,82g	EN=717,22kcal FH=30,13g ZS=31,44g SZH=74,38g CK=8,50g SÓ=1,51g TZS=0,62g	EN=201,00kcal FH=5,32g ZS=3,00g SZH=39,48g CK=12,73g SÓ=0,95g TZS=0,96g
<b>KEDD</b> 2022.11.08.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Házi körözött (2)*; Zsemle (1)*;	Gulyásleves (1, 3, 5)*; Tejbedara (1, 2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=233,62kcal FH=10,11g ZS=3,03g SZH=39,67g CK=9,24g SÓ=0,77g TZS=0,32g	EN=707,32kcal FH=25,98g ZS=23,77g SZH=93,75g CK=41,86g SÓ=1,31g TZS=4,96g	EN=267,40kcal FH=9,34g ZS=10,20g SZH=34,52g CK=1,30g SÓ=1,72g TZS=3,98g
<b>SZERDA</b> 2022.11.09.	Citromos tea; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Chilisbab (1, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Joghurt (2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=218,34kcal FH=5,40g ZS=3,00g SZH=42,47g CK=9,88g SÓ=0,94g TZS=0,78g	EN=829,67kcal FH=41,10g ZS=26,83g SZH=100,31g CK=6,56g SÓ=1,50g TZS=1,23g	EN=219,85kcal FH=8,63g ZS=6,56g SZH=30,77g CK=7,63g SÓ=0,62g TZS=4,20g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2022.11.10.	F zött kakaó (2, 4)*; Kifli (1, 2)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Mexikói csirkemáj ragu (1, 5)*; Törtburgonya (5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=326,16kcal FH=11,63g ZS=8,79g SZH=48,60g CK=25,13g SÓ=0,73g TZS=5,24g	EN=778,39kcal FH=33,05g ZS=20,55g SZH=108,96g CK=27,69g SÓ=1,46g TZS=2,22g	EN=270,60kcal FH=11,50g ZS=9,85g SZH=34,99g CK=1,04g SÓ=1,82g TZS=3,18g
<b>PÉNTEK</b> 2022.11.11.	Erdei-bodzás gyümölcs tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Vagdalt tepsiben (1, 3, 5)*; Spenót (1, 2)*; F tt burgonya; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Kockasajt (2)*; Alma; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=294,30kcal FH=9,34g ZS=7,96g SZH=43,41g CK=9,95g SÓ=1,27g TZS=2,63g	EN=706,03kcal FH=28,87g ZS=26,09g SZH=84,34g CK=8,34g SÓ=1,96g TZS=2,29g	EN=243,90kcal FH=7,42g ZS=4,10g SZH=43,89g CK=0,78g SÓ=1,46g TZS=2,31g

**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=Csillagfűt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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