

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2021.11.22.	F zött kakaó (2, 4)*; Sajtkrém (2, 5)*; Kenyér 'Rozs' (1)*; Paradicsom;	Csirke májkrém; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*;	Frankfurti leves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;	Frankfurti leves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs'; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Mustár (11)*;
	EN=521,14kcal FH=18,12g ZS=14,78g SZH=77,40g CK=24,33g SÓ=2,33g TZS=8,79g	EN=220,18kcal FH=7,68g ZS=7,79g SZH=28,77g CK=0,16g SÓ=0,97g TZS=2,02g	EN=1 053,42kcal FH=25,06g ZS=42,70g SZH=132,04g CK=22,22g SÓ=2,55g TZS=2,81g	EN=1 053,42kcal FH=25,06g ZS=42,70g SZH=132,04g CK=22,22g SÓ=2,55g TZS=2,81g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=703,32kcal FH=11,84g ZS=31,47g SZH=71,46g CK=11,03g SÓ=4,22g TZS=3,95g
KEDD 2021.11.23.	Zöldtea-citrusos; Csemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Zöldségkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Vegyes vágott (6, 15)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Zöldségkrémleves (1, 2, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Briós (1, 2, 3)*; Alma;	Paprikásburgonya hússal (1, 3, 5)*; Vegyes vágott (6, 15)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=402,40kcal FH=12,50g ZS=16,20g SZH=51,21g CK=10,65g SÓ=2,42g TZS=6,45g	EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g	EN=977,97kcal FH=36,98g ZS=30,28g SZH=132,89g CK=9,82g SÓ=5,96g TZS=1,36g	EN=883,89kcal FH=33,33g ZS=29,86g SZH=113,95g CK=9,57g SÓ=5,38g TZS=1,19g	EN=317,80kcal FH=6,09g ZS=5,25g SZH=59,92g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=786,06kcal FH=31,90g ZS=31,09g SZH=89,12g CK=3,56g SÓ=4,34g TZS=0,71g
SZERDA 2021.11.24.	Tejescávé (1, 2)*; Csirkemell sonka (4)*; Margarin 'Liga'; Császár zsemle 'Teljes kiörlés ' (1, 2)*;	Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Paradicsom;	Paradicsomleves rizsszemetéztával (1, 3, 5)*; Budapest ragu (5)*; Bulgur (1, 5)*; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Paradicsomleves rizsszemetéztával (1, 3, 5)*; Budapest ragu (5)*; Bulgur (1, 5)*; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Dzsem (13)*; Margarin mini 'Riso'; Zsemle (1)*;	Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Galuska (1, 3)*; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=436,62kcal FH=21,37g ZS=14,35g SZH=53,16g CK=24,58g SÓ=2,21g TZS=7,02g	EN=233,65kcal FH=7,33g ZS=8,28g SZH=31,43g CK=1,63g SÓ=1,71g TZS=5,10g	EN=950,67kcal FH=37,20g ZS=32,32g SZH=115,62g CK=27,19g SÓ=5,07g TZS=2,11g	EN=950,67kcal FH=37,20g ZS=32,32g SZH=115,62g CK=27,19g SÓ=5,07g TZS=2,11g	EN=225,55kcal FH=4,24g ZS=3,03g SZH=43,67g CK=13,41g SÓ=0,64g TZS=0,32g	EN=794,12kcal FH=59,45g ZS=19,66g SZH=149,53g CK=3,46g SÓ=3,33g TZS=1,42g
CSÜTÖRTÖK 2021.11.25.	Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs'; Sajt (2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kifli (1, 2)*;	Csemege szalámi; Zsemle (1)*; Alma;	Filézett halászlé (5, 9)*; Aranygaluska (1, 2, 3)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Filézett halászlé (5, 9)*; Aranygaluska (1, 2, 3)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Joghurt (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Székelykáposzta (1, 2, 6)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=321,45kcal FH=13,63g ZS=12,76g SZH=36,80g CK=11,67g SÓ=1,39g TZS=7,44g	EN=314,85kcal FH=9,30g ZS=13,03g SZH=38,47g CK=0,16g SÓ=1,69g TZS=5,57g	EN=842,05kcal FH=28,06g ZS=27,39g SZH=119,97g CK=52,33g SÓ=4,94g TZS=11,94g	EN=842,05kcal FH=28,06g ZS=27,39g SZH=119,97g CK=52,33g SÓ=4,94g TZS=11,94g	EN=240,50kcal FH=9,15g ZS=6,75g SZH=34,90g CK=7,90g SÓ=0,65g TZS=4,30g	EN=546,40kcal FH=23,58g ZS=25,90g SZH=57,63g CK=0,80g SÓ=7,25g TZS=0,74g
PÉNTEK 2021.11.26.	Tea 'Citromos'; Kaporos turókrém (2)*; Kenyér 'Rozs' (1)*;	Poharas tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Hamis gulyásleves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Zöldbabf zélék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Hamis gulyásleves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Zöldbabf zélék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*; Paradicsom;	Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Kakaós csiga (1, 2)*; Alma;
	EN=337,97kcal FH=13,46g ZS=4,42g SZH=59,68g CK=10,49g SÓ=1,65g TZS=0,09g	EN=304,12kcal FH=11,13g ZS=9,19g SZH=42,06g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=890,83kcal FH=35,37g ZS=37,73g SZH=95,09g CK=18,76g SÓ=3,22g TZS=1,97g	EN=890,83kcal FH=35,37g ZS=37,73g SZH=95,09g CK=18,76g SÓ=3,22g TZS=1,97g	EN=307,65kcal FH=8,48g ZS=16,48g SZH=30,12g CK=1,73g SÓ=1,12g TZS=2,65g	EN=682,70kcal FH=14,59g ZS=23,95g SZH=99,09g CK=15,80g SÓ=2,68g TZS=13,05g

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:

Közéiskola

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

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=Szezám; 13=Kén-dioxid;

14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek