

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2022.06.20.	Citromos tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Kifli (1, 2)*;	Lapkasajt (2)*; Bebo Mini Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Csángó gulyás (1, 2, 3, 5, 6)*; Húsos rakott tészta (1, 2)*; Alma; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Csángó gulyás (1, 2, 3, 5, 6)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;	Poharas tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Csirke májkrém 50g; Hosszú zsemle (1)*; Hosszú zsemle (1)*; Túrós bukta (1, 2, 3)*;
	EN=323,65kcal FH=8,10g ZS=16,46g SZH=34,89g CK=11,74g SÓ=1,64g TZS=6,69g	EN=441,10kcal FH=21,61g ZS=16,02g SZH=52,44g CK=1,17g SÓ=2,26g TZS=8,29g	EN=1 093,06kcal FH=48,23g ZS=45,45g SZH=118,43g CK=6,18g SÓ=4,57g TZS=5,92g	EN=1 049,47kcal FH=33,44g ZS=45,94g SZH=121,24g CK=22,73g SÓ=2,51g TZS=1,89g	EN=304,12kcal FH=11,13g ZS=9,19g SZH=42,06g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=628,42kcal FH=22,91g ZS=17,26g SZH=92,29g CK=12,22g SÓ=2,26g TZS=3,46g
KEDD 2022.06.21.	Tejeskávé (1, 2)*; Tea; Vajkrém (2)*; Zsemle (1)*;	Méz; Bebo Mini Margarin; Fonottka (1, 2)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Hagymás sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Uborkasaláta;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Tökf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Kockasajt (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*; Alma;	Csemege szalámi; Rozsos párna (1, 12)*; Rozsos párna (1, 12)*; Fahéjas csiga (1, 2)*;
	EN=340,21kcal FH=9,60g ZS=8,90g SZH=53,94g CK=22,20g SÓ=0,87g TZS=2,71g	EN=239,00kcal FH=4,05g ZS=4,85g SZH=45,38g CK=18,32g SÓ=0,50g TZS=1,40g	EN=782,38kcal FH=38,60g ZS=21,11g SZH=100,75g CK=11,08g SÓ=3,47g TZS=1,47g	EN=778,42kcal FH=30,28g ZS=33,51g SZH=82,71g CK=24,08g SÓ=3,40g TZS=2,95g	EN=311,30kcal FH=7,72g ZS=10,90g SZH=44,09g CK=4,95g SÓ=1,63g TZS=6,54g	EN=746,16kcal FH=18,14g ZS=28,77g SZH=101,46g CK=14,69g SÓ=2,77g TZS=11,72g
SZERDA 2022.06.22.	Csipkebogyó tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Delma Margarin (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliz pehely (1)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Bakonyi aprópecsenye (1, 2)*; Kuskusz (1, 5)*; Vegyes saláta;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Vegyes saláta; Félbarna kenyér (1)*;	Dzsem (db) (13)*; Bebo Mini Margarin; Fonottka (1, 2)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Sajtos croissant (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=370,40kcal FH=13,93g ZS=11,70g SZH=52,17g CK=10,83g SÓ=2,37g TZS=4,20g	EN=236,80kcal FH=9,11g ZS=6,26g SZH=34,30g CK=8,70g SÓ=0,25g TZS=0,09g	EN=950,38kcal FH=30,76g ZS=36,02g SZH=119,24g CK=39,74g SÓ=2,60g TZS=2,56g	EN=852,88kcal FH=38,25g ZS=18,28g SZH=118,67g CK=37,64g SÓ=2,83g TZS=2,97g	EN=241,50kcal FH=4,05g ZS=4,85g SZH=43,90g CK=15,15g SÓ=0,50g TZS=1,40g	EN=665,30kcal FH=16,44g ZS=28,55g SZH=82,79g CK=5,29g SÓ=2,67g TZS=10,97g
CSÜTÖRTÖK 2022.06.23.	Tej (2)*; Tea; Házi körözött (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Kockasajt (2)*; Négy magvas zsemle (1, 12)*;	Marha er leves (1, 3, 5)*; Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Kelkáposzta f zelék (1, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Sajtos pogácsa (1, 2)*;	Marha er leves (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11)*; Tarhonya (1)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;	Lekváros bukta (1, 2, 3)*;	Májkrém; Kakaós csiga (1, 2)*; Zsemle (1)*; Alma;
	EN=381,96kcal FH=19,73g ZS=6,87g SZH=59,81g CK=17,68g SÓ=1,73g TZS=1,87g	EN=233,98kcal FH=7,49g ZS=8,22g SZH=31,55g CK=0,16g SÓ=1,82g TZS=4,87g	EN=782,57kcal FH=38,65g ZS=25,13g SZH=96,32g CK=2,99g SÓ=4,25g TZS=4,70g	EN=898,09kcal FH=32,83g ZS=35,69g SZH=108,40g CK=5,77g SÓ=3,72g TZS=2,78g	EN=259,00kcal FH=4,41g ZS=4,27g SZH=49,42g CK=16,59g SÓ=0,49g TZS=2,17g	EN=635,45kcal FH=13,18g ZS=30,46g SZH=74,51g CK=12,69g SÓ=1,87g TZS=13,47g
PÉNTEK 2022.06.24.	Zöldtea-citrusos; F tt tojás (3)*; Liga Margarin; Magvas kenyér (1, 12)*;	Joghurt (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Paradicsomleves rizsszemetával (1, 3, 5)*; Mustáros csirkecomb (1, 2, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Paradicsomleves rizsszemetával (1, 3, 5)*; Budapest szelet (1, 5)*; Petrezselymes burgonya (5)*;	Alma dobozos üdít ; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*;	Méz; Dzsem (db) (13)*; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Alma;
	EN=371,75kcal FH=12,50g ZS=10,45g SZH=53,41g CK=10,56g SÓ=1,44g TZS=2,91g	EN=273,12kcal FH=9,43g ZS=8,99g SZH=37,46g CK=12,16g SÓ=0,55g TZS=5,42g	EN=895,56kcal FH=37,82g ZS=27,18g SZH=144,17g CK=22,68g SÓ=3,39g TZS=2,17g	EN=737,07kcal FH=36,05g ZS=22,14g SZH=90,76g CK=23,02g SÓ=2,67g TZS=1,41g	EN=320,60kcal FH=5,82g ZS=6,98g SZH=57,10g CK=26,00g SÓ=0,42g TZS=2,67g	EN=769,20kcal FH=16,41g ZS=19,92g SZH=128,42g CK=36,38g SÓ=2,47g TZS=10,80g

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:

Középiszola

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)

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"