

	<b>Reggeli</b>	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Ebéd B</b>	<b>Uzsonna</b>	<b>Vacsora</b>
<b>HÉTF</b> 2022.09.05.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Túrós bukta (1, 2, 3)*;	Filézett halászlé (5, 9)*; Túrós tészta tepert vel (1)*; Túrós (2)*; Tejföl (2)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*; Alma;	Filézett halászlé (5, 9)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*; Alma;	Lapkasajt (2)*; Bebo Mini Margarin; Zsemle (1)*;	Paprikás sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*; Vegyes saláta; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=448,15kcal FH=13,28g ZS=15,57g SZH=63,19g CK=11,40g SÓ=2,37g TZS=5,68g	EN=224,00kcal FH=9,10g ZS=5,25g SZH=34,30g CK=11,90g SÓ=0,34g TZS=0,07g	EN=864,74kcal FH=42,95g ZS=30,49g SZH=103,69g CK=7,37g SÓ=4,88g TZS=6,83g	EN=904,81kcal FH=30,93g ZS=30,35g SZH=126,09g CK=25,88g SÓ=4,43g TZS=5,69g	EN=327,45kcal FH=17,24g ZS=15,53g SZH=28,67g CK=0,16g SÓ=1,64g TZS=8,52g	EN=716,94kcal FH=33,12g ZS=21,97g SZH=89,99g CK=12,43g SÓ=2,52g TZS=1,41g
<b>KEDD</b> 2022.09.06.	Tea; Tej (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Zsemle (1)*;	Csontleves eperszalagtésztával (1, 3, 5)*; Csirkés rakottas Kertészné módra (1, 2, 4, 5)*;	Csontleves eperszalagtésztával (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Sárgaborsóf zelék (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Kockasajt (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*;	Bácskai rizseshús (5)*; Alma bef tt;
	EN=394,20kcal FH=15,65g ZS=9,01g SZH=62,69g CK=17,63g SÓ=2,16g TZS=5,54g	EN=240,65kcal FH=6,85g ZS=9,65g SZH=30,44g CK=0,22g SÓ=1,03g TZS=1,55g	EN=726,71kcal FH=43,90g ZS=26,65g SZH=70,58g CK=11,67g SÓ=2,98g TZS=9,93g	EN=867,92kcal FH=41,91g ZS=36,73g SZH=87,47g CK=3,30g SÓ=3,12g TZS=1,30g	EN=267,90kcal FH=7,16g ZS=10,90g SZH=34,29g CK=4,95g SÓ=1,63g TZS=6,54g	EN=660,14kcal FH=21,97g ZS=32,90g SZH=143,69g CK=12,68g SÓ=1,92g TZS=1,22g
<b>SZERDA</b> 2022.09.07.	Tejeskávé (1, 2)*; Tea; Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*;	Bebo Mini Margarin; Kifli (1, 2)*; Banán;	Zellerkrémleves sárgarépakockával (1, 2, 5)*; Marha pörkölt; F tt burgonya; Teljes kiőrlés kenyér (1)*; Vegyes saláta;	Zellerkrémleves sárgarépakockával (1, 2, 5)*; Bolognai szósz; Spagetti (1)*; Sajt szórát (2)*;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Húsos lecsó; Félbarna kenyér (1)*; szibarack;
	EN=487,16kcal FH=17,33g ZS=16,87g SZH=66,01g CK=23,18g SÓ=2,51g TZS=7,65g	EN=315,85kcal FH=5,48g ZS=4,66g SZH=61,07g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=1,30g	EN=750,19kcal FH=33,55g ZS=22,36g SZH=96,02g CK=14,94g SÓ=2,83g TZS=0,66g	EN=774,52kcal FH=31,24g ZS=32,10g SZH=87,82g CK=11,27g SÓ=3,20g TZS=5,72g	EN=270,12kcal FH=9,13g ZS=8,84g SZH=37,16g CK=11,86g SÓ=0,55g TZS=5,27g	EN=686,90kcal FH=26,05g ZS=27,15g SZH=98,36g CK=7,18g SÓ=5,35g TZS=0,55g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2022.09.08.	Tej (2)*; Tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Delma Margarin (2)*; Teljes kiőrlés zsemle (1)*; Paradicsom;	Hosszú zsemle (1)*; Dzsem (db) (13)*;	Zöldborsóleves csipetkével (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Tökf zelék (1, 2)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Zöldborsóleves csipetkével (1, 3, 5)*; Sajtos szelet (1, 2, 5, 6)*; Törtburgonya (5)*; Alma;	Joghurt (2)*; Napraforgómagos fonottka (1, 2, 3)*; Alma;	Gyrosos csirkemell csíkok (1)*; Mexikói rizs (5)*;
	EN=371,10kcal FH=15,40g ZS=13,77g SZH=44,78g CK=17,69g SÓ=1,91g TZS=5,69g	EN=198,71kcal FH=4,08g ZS=0,53g SZH=42,77g CK=13,41g SÓ=0,64g TZS=0,32g	EN=709,35kcal FH=27,37g ZS=29,61g SZH=78,31g CK=24,01g SÓ=3,08g TZS=2,11g	EN=788,27kcal FH=41,98g ZS=29,94g SZH=79,82g CK=5,21g SÓ=3,17g TZS=6,60g	EN=372,80kcal FH=11,18g ZS=12,30g SZH=52,40g CK=12,00g SÓ=0,57g TZS=6,24g	EN=506,21kcal FH=29,25g ZS=17,34g SZH=82,61g CK=3,42g SÓ=2,28g TZS=1,26g
<b>PÉNTEK</b> 2022.09.09.	Citromos tea; Házi körözött (2)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*;	Poharas tej (2)*; Fonottka (1, 2)*; Szilva;	Tárkonyos májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Uborkasaláta;	Tárkonyos májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Borsos tokány (1, 5)*; Petrezselymes rizs (5)*; Félbarna kenyér (1)*; Uborkasaláta;	Májkrém; Hosszú zsemle (1)*;	Ásványvíz; Camping sajt (2)*; Zsemle (1)*; Zsemle (1)*; Alma;
	EN=315,96kcal FH=15,23g ZS=4,62g SZH=52,76g CK=10,63g SÓ=1,53g TZS=0,37g	EN=329,50kcal FH=11,55g ZS=6,95g SZH=52,60g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g	EN=756,87kcal FH=47,60g ZS=23,32g SZH=73,80g CK=9,88g SÓ=3,55g TZS=3,06g	EN=945,82kcal FH=40,84g ZS=39,58g SZH=131,61g CK=9,32g SÓ=4,24g TZS=1,92g	EN=295,21kcal FH=8,68g ZS=15,83g SZH=28,32g CK=0,16g SÓ=1,38g TZS=6,12g	EN=504,30kcal FH=17,04g ZS=14,86g SZH=73,15g CK=0,32g SÓ=3,27g TZS=9,64g

**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:**

**Középkola**

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"**