

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2023.05.22.	Csipkebogyó tea; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Palócleves (1, 2, 3, 5)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*;	Palócleves (1, 2, 3, 5)*; Sajtos metélt (1)*; Sajt szórát (2)*; Tejföl (2)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*;	Csemege szalámi; Zsemle (1)*; Zöldpaprika;	Sertésvagdalt (1, 3, 5)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=366,10kcal FH=11,31g ZS=6,64g SZH=64,81g CK=11,21g SÓ=1,96g TZS=3,77g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=818,62kcal FH=31,41g ZS=24,89g SZH=134,21g CK=45,88g SÓ=1,54g TZS=3,58g	EN=905,67kcal FH=36,85g ZS=37,64g SZH=101,66g CK=6,03g SÓ=1,83g TZS=6,08g	EN=283,45kcal FH=9,46g ZS=13,21g SZH=30,47g CK=0,16g SÓ=1,69g TZS=5,57g	EN=708,13kcal FH=27,34g ZS=27,61g SZH=80,24g CK=1,62g SÓ=1,48g TZS=0,85g
KEDD 2023.05.23.	Tej (2)*; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Liga Margarin; Rozsos párna (1, 12)*;	Brokkolikrémleves gyöngyagylóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Paprikásburgonya (1, 3, 5)*; Vegyes saláta;	Brokkolikrémleves gyöngyagylóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Szerb rizseshús (5)*; Vegyes saláta;	Alma dobozos üdít ; Méz; Teljes kiőrlés egyenes kifli (1)*;	Gyrosos csirkemell csíkok (1)*; Bulgur (1, 5)*;
	EN=410,45kcal FH=19,91g ZS=15,95g SZH=45,99g CK=14,58g SÓ=2,14g TZS=7,16g	EN=194,88kcal FH=5,00g ZS=5,54g SZH=30,53g CK=0,52g SÓ=0,73g TZS=1,34g	EN=901,93kcal FH=35,84g ZS=34,56g SZH=105,93g CK=14,62g SÓ=1,56g TZS=1,00g	EN=836,73kcal FH=29,64g ZS=34,73g SZH=122,65g CK=14,81g SÓ=1,88g TZS=1,60g	EN=268,70kcal FH=4,60g ZS=0,68g SZH=60,73g CK=36,77g SÓ=0,60g TZS=0,33g	EN=584,90kcal FH=31,02g ZS=17,75g SZH=64,24g CK=2,61g SÓ=1,28g TZS=1,56g
SZERDA 2023.05.24.	Citromos tea; Házi körözött (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Lapkasajt (2)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Zöldbabf zelék (1, 2)*;	Sertésraguleves (1, 3, 5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Kuskusz (1, 5)*;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Alma;	Csipkebogyó tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Mustár (11)*;
	EN=361,86kcal FH=16,01g ZS=4,68g SZH=63,23g CK=11,26g SÓ=1,40g TZS=0,10g	EN=357,10kcal FH=20,83g ZS=12,40g SZH=40,59g CK=0,54g SÓ=2,26g TZS=7,86g	EN=889,55kcal FH=44,40g ZS=48,83g SZH=60,01g CK=14,28g SÓ=1,35g TZS=1,28g	EN=1 133,80kcal FH=47,78g ZS=56,03g SZH=101,82g CK=11,74g SÓ=1,58g TZS=2,09g	EN=223,52kcal FH=4,89g ZS=3,59g SZH=41,26g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=540,52kcal FH=18,22g ZS=18,95g SZH=71,12g CK=10,64g SÓ=3,05g TZS=5,75g
CSÜTÖRTÖK 2023.05.25.	F zött kakaó (2, 4)*; Vajkrém (2)*; Zsemle (1)*; Zöldpaprika;	Kefir (2)*; Kifli (1, 2)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; F tt burgonya 1/2; Teljes kiőrlés kenyér (1)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Zöldborsós aprópecsenye (1, 5)*; Törtburgonya (5)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlés kenyér (1)*;	Spagetti (1)*; Sajt szórát (2)*; Tejföl (2)*;
	EN=375,39kcal FH=14,90g ZS=9,73g SZH=55,87g CK=24,09g SÓ=1,00g TZS=3,10g	EN=216,85kcal FH=8,33g ZS=6,41g SZH=30,47g CK=7,33g SÓ=0,62g TZS=4,05g	EN=840,77kcal FH=31,27g ZS=32,04g SZH=109,81g CK=21,22g SÓ=1,87g TZS=1,32g	EN=805,65kcal FH=28,80g ZS=38,31g SZH=77,30g CK=3,88g SÓ=1,34g TZS=1,78g	EN=330,30kcal FH=14,90g ZS=12,20g SZH=41,56g CK=0,86g SÓ=2,47g TZS=4,20g	EN=568,81kcal FH=20,72g ZS=19,88g SZH=76,20g CK=4,00g SÓ=0,81g TZS=5,70g
PÉNTEK 2023.05.26.	Erdei-bodzás gyümölcs tea; F tt tojás (3)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Teavaj (2)*; Teljes kiőrlés kenyér (1)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Sajtos panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Rizibizi (5)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Túróféljút (1, 2, 3, 4, 5, 11)*;	Lekvár; Liga Margarin; Teljes kiőrlés kenyér (1)*;	Lapkasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Kakaós csiga (1, 2)*; Alma;
	EN=297,40kcal FH=9,96g ZS=7,86g SZH=42,01g CK=10,45g SÓ=0,91g TZS=2,51g	EN=302,82kcal FH=7,89g ZS=12,38g SZH=40,63g CK=0,54g SÓ=1,27g TZS=8,34g	EN=850,30kcal FH=33,67g ZS=39,91g SZH=111,99g CK=5,86g SÓ=2,47g TZS=3,05g	EN=884,57kcal FH=41,28g ZS=39,28g SZH=84,36g CK=37,23g SÓ=1,11g TZS=4,47g	EN=312,90kcal FH=8,03g ZS=3,73g SZH=61,73g CK=21,61g SÓ=1,41g TZS=1,20g	EN=618,35kcal FH=20,87g ZS=27,29g SZH=70,06g CK=14,16g SÓ=1,96g TZS=15,45g

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:

Középiscola

"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