

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2018. 02. 26.	Tej (2)*; Snidlinges sajtkrém (2)*; Rozskenyér (1, 2)*; Jégcsap retek;	Csirke májkrém 30g HCS; Korpás zsemle (1)*;	Karfiolleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Húsos-paradicsomos rakott tészta (1, 2)*; Alma; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Karfiolleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Paprikásburgonya hússal (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Csemege uborka; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Narancs; Teljes kiörlésű gabonás keksz (1, 5)*;	Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Finomfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1, 2)*;
	EN=454,90kcal FH=20,50g ZS=13,80g SZH=67,30g CK=1,28g SÓ=1,13g TZS=0,00g	EN=221,76kcal FH=7,77g ZS=11,05g SZH=26,80g CK=0,76g SÓ=0,73g TZS=0,00g	EN=919,08kcal FH=38,28g ZS=30,39g SZH=120,06g CK=2,07g SÓ=2,45g TZS=0,00g	EN=813,85kcal FH=32,34g ZS=33,19g SZH=85,84g CK=1,46g SÓ=2,96g TZS=0,00g	EN=249,00kcal FH=5,00g ZS=8,80g SZH=34,40g CK=0,92g SÓ=0,40g TZS=0,00g	EN=638,85kcal FH=29,59g ZS=24,13g SZH=73,23g CK=14,29g SÓ=1,79g TZS=0,00g
KEDD 2018. 02. 27.	Zöldtea-citrusos (13)*; Csemege szalámi; Liga margarin; Teljes kiörlésű kenyér uzi (1, 2)*; Sárgarépa;	Kefír (2)*; Korpás kifli (1, 2)*;	Márgombóclevés (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Natúr sertés szelet (1, 5)*; Erdei gyümölcs mártás (1, 2, 13)*; Tört bugonya 1/2 adag (5)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Márgombóclevés (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Poharas tej (2)*; Zsemle (1)*;	Szegedi aprópecsenye (5)*; Orsó tészta (1)*;
	EN=457,19kcal FH=14,70g ZS=14,45g SZH=64,45g CK=11,21g SÓ=1,37g TZS=0,00g	EN=217,51kcal FH=8,80g ZS=6,22g SZH=30,94g CK=0,81g SÓ=0,25g TZS=0,00g	EN=875,60kcal FH=47,38g ZS=20,51g SZH=116,55g CK=18,98g SÓ=3,39g TZS=0,00g	EN=991,98kcal FH=33,30g ZS=24,50g SZH=159,41g CK=17,38g SÓ=1,65g TZS=0,00g	EN=229,51kcal FH=10,77g ZS=4,53g SZH=38,62g CK=0,76g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=693,78kcal FH=26,95g ZS=32,51g SZH=71,88g CK=0,60g SÓ=1,15g TZS=0,00g
SZERDA 2018. 02. 28.	Főzött kakaó (2)*; Májusi csemege (2, 4, 5, 11)*; Liga margarin; Teljes kiörlésű császár zsemle (1, 2)*; Jégcsap retek;	Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Brokkolikrém leves s.répakockával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Csirkepörkölt (1, 5)*; Galuska (1, 3)*; Fejeskáposzta-saláta vás.;	Brokkolikrém leves s.répakockával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Roston sült hal (1, 5, 9)*; Rizibizi (5)*; Tartármártás (1, 2, 3, 11)*;	Dzsem; Vitelma margarin; Foci zsemle (1, 2)*;	Rakott burgonya (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=411,42kcal FH=21,38g ZS=9,84g SZH=54,04g CK=11,72g SÓ=1,54g TZS=0,00g	EN=269,87kcal FH=9,30g ZS=13,29g SZH=27,80g CK=1,65g SÓ=0,87g TZS=0,00g	EN=799,33kcal FH=43,70g ZS=21,63g SZH=101,04g CK=1,17g SÓ=2,24g TZS=0,00g	EN=869,13kcal FH=35,78g ZS=35,48g SZH=97,15g CK=2,54g SÓ=3,29g TZS=0,00g	EN=230,50kcal FH=5,00g ZS=4,00g SZH=42,80g CK=1,92g SÓ=0,59g TZS=0,00g	EN=631,28kcal FH=18,65g ZS=22,02g SZH=74,62g CK=0,00g SÓ=0,86g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2018. 03. 01.	Erdei gyümölcsízű tea (13)*; Sajt uzi (2)*; Delma margarin; Kukoricás kenyér (1, 2)*; Mandarin;	Poharas tej (2)*; Zsemle (1)*;	Tavaszelevés (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rántott sertés szelet (1, 2, 3, 11)*; Burgonya püré (2)*; Vegyes vágott; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Tavaszelevés (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Köményes aprópecsenye; Tökfőzelék (1, 2)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12, 13)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Joghurt (2)*; Napraforgómagos fonottka (1, 6, 7, 8)*;	Darás metélt (1)*; Barackíz; Porcukor;
	EN=482,89kcal FH=19,30g ZS=12,90g SZH=72,33g CK=11,38g SÓ=1,33g TZS=0,00g	EN=229,51kcal FH=10,77g ZS=4,53g SZH=38,62g CK=0,76g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=779,78kcal FH=27,69g ZS=19,53g SZH=113,55g CK=7,05g SÓ=3,45g TZS=0,00g	EN=779,83kcal FH=30,50g ZS=37,46g SZH=76,45g CK=13,24g SÓ=2,94g TZS=0,00g	EN=291,00kcal FH=12,30g ZS=9,60g SZH=39,30g CK=0,62g SÓ=0,35g TZS=0,00g	EN=672,82kcal FH=14,22g ZS=11,28g SZH=127,14g CK=20,00g SÓ=0,40g TZS=0,00g
PÉNTEK 2018. 03. 02.	Citromos tea (13)*; Kapros turókrém (2)*; Rozskenyér (1, 2)*; Sárgarépa;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliző pehely (1)*;	Zöldbaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rizseshús (5)*; Alma;	Zöldbaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rozmaringos sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes burgonya; Csemege uborka; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Paradicsomos halpástétom DB (9)*; Csavart kifli (1, 2)*;	Alma; Májkrém (4)*; Zsemle (1)*; Zsemle (1)*; Kefír (2)*;
	EN=388,81kcal FH=17,00g ZS=6,50g SZH=66,38g CK=11,28g SÓ=0,83g TZS=0,00g	EN=202,90kcal FH=8,40g ZS=4,90g SZH=34,90g CK=0,36g SÓ=0,24g TZS=0,00g	EN=794,03kcal FH=24,26g ZS=34,74g SZH=92,80g CK=1,75g SÓ=3,03g TZS=0,00g	EN=713,74kcal FH=44,86g ZS=17,14g SZH=83,32g CK=2,21g SÓ=3,05g TZS=0,00g	EN=261,40kcal FH=8,20g ZS=10,10g SZH=33,15g CK=0,82g SÓ=0,66g TZS=0,00g	EN=570,92kcal FH=18,54g ZS=21,06g SZH=73,54g CK=1,52g SÓ=1,32g TZS=0,00g

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:

Középiszkola

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO; TZS=Telített zsír;
(* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2018. 03. 03.	Citromos tea (13)*; Krasno sonka (1, 2, 4)*; Liga margarin; Zsemle (1)*; Dzsem;	Poharas tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Karfiolleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Túrógombóc (1)*; Tejföl (2)*; Porcukor; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;		Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Párolt s.szelet (1, 5)*; Paradicsommártás (1)*; Tört bugonya 1/2 adag (5)*; Félbarna kenyér (1, 2)*;
	EN=340,60kcal FH=15,77g ZS=6,83g SZH=51,57g CK=10,76g SÓ=1,55g TZS=0,00g	EN=287,65kcal FH=11,50g ZS=7,85g SZH=45,20g CK=1,65g SÓ=0,17g TZS=0,00g	EN=932,38kcal FH=30,28g ZS=16,47g SZH=161,46g CK=20,93g SÓ=1,94g TZS=0,00g		EN=269,87kcal FH=9,30g ZS=13,29g SZH=27,80g CK=1,65g SÓ=0,87g TZS=0,00g	EN=663,25kcal FH=32,73g ZS=17,57g SZH=86,69g CK=16,08g SÓ=2,20g TZS=0,00g
VASÁRNAP 2018. 03. 04.	Tej (2)*; Sajtkrém (2)*; Főtt tojás (3)*; Korpás zsemle (1)*;	Zala felvágott (4)*; Liga margarin; Rozskenyér (1, 2)*; Zöldpaprika;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 4, 5, 11, 13)*; Brassói aprópecsenye (5)*; Forgatott burgonya; Csemege uborka; Félbarna kenyér (1, 2)*;		Mákos kifli (1, 2)*;	Pulykapörkölt; Copfocska tészta (1)*; Csemege uborka;
	EN=400,76kcal FH=20,97g ZS=18,65g SZH=43,10g CK=0,76g SÓ=1,03g TZS=0,00g	EN=382,04kcal FH=14,70g ZS=13,10g SZH=51,80g CK=1,53g SÓ=1,69g TZS=0,00g	EN=1 026,77kcal FH=42,05g ZS=51,53g SZH=86,84g CK=1,81g SÓ=3,74g TZS=0,00g		EN=196,00kcal FH=4,00g ZS=6,00g SZH=35,00g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=633,38kcal FH=34,27g ZS=23,04g SZH=73,41g CK=0,63g SÓ=1,19g TZS=0,00g

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

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO; TZS=Telített zsír;
(* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2018. 03. 05.	Csipkebogyótea (13)*; Zala felvágott (4)*; Liga margarin; Zsemle (1)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Zabpelyhes zsemle (1)*;	Bakonyi csirkeragu leves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Ízes fánk (1, 2, 3)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Bakonyi csirkeragu leves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Mézes-must.csirkemell csíkok (1, 11)*; Párolt rizs (5)*;
	EN=317,70kcal FH=11,37g ZS=11,83g SZH=40,47g CK=11,01g SÓ=1,45g TZS=0,00g	EN=231,10kcal FH=10,77g ZS=4,53g SZH=39,15g CK=0,76g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=689,93kcal FH=29,38g ZS=12,47g SZH=111,76g CK=31,61g SÓ=1,76g TZS=0,00g	EN=795,49kcal FH=51,43g ZS=32,38g SZH=72,52g CK=12,83g SÓ=2,36g TZS=0,00g	EN=324,65kcal FH=9,25g ZS=7,60g SZH=52,70g CK=17,90g SÓ=0,39g TZS=0,00g	EN=637,28kcal FH=33,19g ZS=13,80g SZH=93,61g CK=0,18g SÓ=1,66g TZS=0,00g
KEDD 2018. 03. 06.	Tej (2)*; Fokh.petr. vajkrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér uzsi (1, 2)*; Jégcsap retek;	Dobozos üdítő alma; Méz; Búzakorp.d.rúd (1, 2)*;	Zellerkrémleves s.répakockával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Vegyes vágott;	Zellerkrémleves s.répakockával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Debreceni aprópecsenye (4)*; Párolt rizs (5)*; Vegyes vágott;	Kockasajt (2)*; Zsemle (1)*; Alma;	Gyrosos sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Mexikói saláta (1, 2, 3, 5, 11)*; Tört bugonya 1/2 adag (5)*;
	EN=449,00kcal FH=18,30g ZS=13,50g SZH=66,90g CK=11,21g SÓ=0,53g TZS=0,00g	EN=286,94kcal FH=4,30g ZS=2,15g SZH=68,71g CK=12,82g SÓ=0,26g TZS=0,00g	EN=791,83kcal FH=31,04g ZS=30,42g SZH=93,88g CK=0,73g SÓ=3,21g TZS=0,00g	EN=873,19kcal FH=28,43g ZS=37,31g SZH=101,83g CK=0,85g SÓ=3,17g TZS=0,00g	EN=321,91kcal FH=9,77g ZS=12,53g SZH=40,42g CK=0,76g SÓ=0,65g TZS=0,00g	EN=564,98kcal FH=30,89g ZS=24,09g SZH=48,18g CK=5,81g SÓ=2,73g TZS=0,00g
SZERDA 2018. 03. 07.	Meggyízű gyüm.tea (13)*; Petr.tejfőlőstúró (2)*; Rozskenyér (1, 2)*; Sárgarépa;	Tej (2)*; Almás gabonás pehely (1, 5, 6)*;	Bazsalikomos paradicsomleves (1, 3, 5)*; Spenótos panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Petrezselymes burgonya; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Bazsalikomos paradicsomleves (1, 3, 5)*; Bakonyi tokány (1, 2)*; Bulgur (1, 5)*; Kovászos uborka;	Lapkasajt (2)*; Félbarna kenyér (1, 2)*;	Stíriai metélt (1, 2, 3)*;
	EN=389,89kcal FH=17,08g ZS=6,50g SZH=66,55g CK=11,28g SÓ=0,83g TZS=0,00g	EN=285,20kcal FH=12,20g ZS=7,20g SZH=47,80g CK=0,48g SÓ=0,32g TZS=0,00g	EN=808,51kcal FH=24,62g ZS=19,21g SZH=125,76g CK=19,32g SÓ=3,10g TZS=0,00g	EN=905,49kcal FH=31,96g ZS=38,01g SZH=113,36g CK=17,89g SÓ=3,03g TZS=0,00g	EN=373,40kcal FH=19,40g ZS=10,10g SZH=51,30g CK=1,26g SÓ=0,79g TZS=0,00g	EN=710,08kcal FH=29,33g ZS=21,78g SZH=101,08g CK=15,00g SÓ=0,34g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2018. 03. 08.	Tej (2)*; Toast sonka (1, 2, 4)*; Delma margarin; Félbarna kenyér (1, 2)*; Kígyó uborka;	Vitelma margarin; Négy magv.zsemle (1, 12)*; Alma;	Reszelt tésztaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Provanszi csirkemájragu (1, 5)*; Petrezselymes rizs (5)*; Mandarin; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Reszelt tésztaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Temesvári aprópecsenye (2, 5)*; Törtburgonya (5)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*; Mandarin;	Kefír (2)*; Fonottka 50g (1, 2)*;	Citromos tea (13)*; Pizza (1, 2, 5)*;
	EN=464,54kcal FH=26,10g ZS=11,20g SZH=68,78g CK=1,33g SÓ=1,66g TZS=0,00g	EN=220,76kcal FH=5,30g ZS=4,09g SZH=39,48g CK=0,77g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=810,31kcal FH=33,81g ZS=21,81g SZH=118,15g CK=1,82g SÓ=3,29g TZS=0,00g	EN=801,32kcal FH=27,32g ZS=32,59g SZH=88,25g CK=1,87g SÓ=3,03g TZS=0,00g	EN=240,00kcal FH=9,50g ZS=6,00g SZH=36,00g CK=1,92g SÓ=0,59g TZS=0,00g	EN=705,17kcal FH=30,42g ZS=31,56g SZH=70,15g CK=14,20g SÓ=1,76g TZS=0,00g
PÉNTEK 2018. 03. 09.	Tej (2)*; Tojáskrém (1, 2, 3, 11)*; Császárs zsemle (1, 2)*; Jégcsap retek;	Csirke májkrém 30g HCS; Csavart kifli (1, 2)*;	Leneseleves húsmentes (1, 2, 5, 11)*; Lecsős szelet (5)*; Hagymás burgonya; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Leneseleves húsmentes (1, 2, 5, 11)*; Sajtospagetti (1, 2)*; Sajt (2)*; Tejföl (2)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*; Alma;	Joghurt (2)*; Fatörzskifli (1, 2)*;	Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Almamártás (1, 2)*; Tört bugonya 1/2 adag (5)*; Félbarna kenyér (1, 2)*;
	EN=441,95kcal FH=19,45g ZS=20,02g SZH=47,62g CK=0,00g SÓ=0,23g TZS=0,00g	EN=248,80kcal FH=8,50g ZS=9,50g SZH=31,65g CK=0,82g SÓ=0,76g TZS=0,00g	EN=824,62kcal FH=42,59g ZS=22,29g SZH=101,01g CK=2,74g SÓ=3,22g TZS=0,00g	EN=900,85kcal FH=36,10g ZS=25,11g SZH=130,29g CK=1,16g SÓ=2,31g TZS=0,00g	EN=309,33kcal FH=10,20g ZS=9,99g SZH=45,12g CK=1,48g SÓ=0,17g TZS=0,00g	EN=650,93kcal FH=40,28g ZS=12,24g SZH=86,45g CK=18,61g SÓ=2,13g TZS=0,00g

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:

Középiszkola

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO; TZS=Telített zsír;
(* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2018. 03. 10.	Citromos tea (13)*; Magyaros sajtkrém (2)*; Félbarna kenyér (1, 2)*;	Poharas tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Csontleves csigatésztával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*; Alma;	Csontleves csigatésztával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sertéspörkölt; Kelkáposzta - főzelék (1, 5)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Dzsem; Zsemle (1)*; Vitelma margarin;	Camping sajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Mandarin; Ásványvíz;
	EN=361,25kcal FH=11,80g ZS=6,90g SZH=63,05g CK=11,26g SÓ=1,07g TZS=0,00g	EN=220,87kcal FH=10,30g ZS=5,29g SZH=35,80g CK=1,65g SÓ=0,51g TZS=0,00g	EN=712,68kcal FH=19,10g ZS=9,85g SZH=138,15g CK=31,47g SÓ=1,79g TZS=0,00g	EN=669,56kcal FH=33,03g ZS=33,25g SZH=54,71g CK=1,71g SÓ=2,87g TZS=0,00g	EN=217,51kcal FH=4,77g ZS=3,03g SZH=41,42g CK=0,76g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=622,74kcal FH=26,40g ZS=28,58g SZH=61,60g CK=3,30g SÓ=1,02g TZS=0,00g
VASÁRNAP 2018. 03. 11.	Citromos tea (13)*; Virsli; Mustár (1, 11)*; Hosszú zsemle (1)*;	Tej (2)*; Zsemle (1)*;	Cukkinikrémleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Gombás pulykatokány (1, 2)*; Petrezselymes rizs (5)*; Befőtt; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;		Kefír (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*; Alma;	Hagymás s.szelet (1)*; Zöldbabfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1, 2)*;
	EN=354,88kcal FH=14,07g ZS=14,21g SZH=40,89g CK=10,76g SÓ=1,69g TZS=0,00g	EN=273,51kcal FH=13,77g ZS=6,53g SZH=43,62g CK=0,76g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=846,66kcal FH=31,27g ZS=25,09g SZH=123,32g CK=14,35g SÓ=3,06g TZS=0,00g		EN=328,55kcal FH=10,00g ZS=8,35g SZH=51,00g CK=1,65g SÓ=0,17g TZS=0,00g	EN=528,06kcal FH=33,95g ZS=16,61g SZH=58,17g CK=4,59g SÓ=1,62g TZS=0,00g

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

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO; TZS=Telített zsír;
(* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2018. 03. 12.	Eper-csipkeb.gyüm.tea (13)*; Diákcsemege szalámi; Liga margarin; Teljes kiörlésű kenyér uzsi (1, 2)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Sajtos kifli (1, 2)*;	Frankfurtileves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Pulykapörkölt; Sós burgonya; Csemege uborka; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Frankfurtileves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Diós metélt (1, 6)*; Diós porcukor (6)*; Alma;	Lapkasajt (2)*; Búzakorp.d.rúd (1, 2)*;	Rizseshús (5)*;
	EN=436,94kcal FH=14,20g ZS=14,45g SZH=61,10g CK=11,21g SÓ=0,54g TZS=0,00g	EN=269,79kcal FH=12,89g ZS=8,77g SZH=39,15g CK=0,94g SÓ=0,44g TZS=0,00g	EN=797,35kcal FH=41,28g ZS=27,70g SZH=85,15g CK=1,44g SÓ=2,91g TZS=0,00g	EN=951,32kcal FH=28,25g ZS=41,12g SZH=112,56g CK=17,82g SÓ=2,05g TZS=0,00g	EN=251,34kcal FH=14,70g ZS=11,35g SZH=24,51g CK=0,82g SÓ=0,58g TZS=0,00g	EN=658,03kcal FH=20,94g ZS=31,16g SZH=71,55g CK=0,53g SÓ=1,93g TZS=0,00g
KEDD 2018. 03. 13.	Tej (2)*; Sajtkrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér uzsi (1, 2)*;	Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Lenmagos zsemle (1, 2)*;	Daragaluskaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rozmaringos sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Mexikói rizs (5)*;	Daragaluskaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Budapest ragu (5)*; Törtburgonya (5)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*; Céklasaláta;	Kockasajt (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*;	Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1)*; Tört bugonya 1/2 adag (5)*;
	EN=445,00kcal FH=19,90g ZS=12,90g SZH=66,10g CK=1,21g SÓ=1,13g TZS=0,00g	EN=233,20kcal FH=6,70g ZS=10,00g SZH=27,80g CK=1,44g SÓ=0,89g TZS=0,00g	EN=798,94kcal FH=44,64g ZS=23,35g SZH=97,71g CK=0,98g SÓ=3,39g TZS=0,00g	EN=865,83kcal FH=34,72g ZS=27,99g SZH=106,63g CK=1,71g SÓ=3,08g TZS=0,00g	EN=336,65kcal FH=10,50g ZS=15,85g SZH=37,20g CK=1,65g SÓ=0,53g TZS=0,00g	EN=639,35kcal FH=21,44g ZS=25,51g SZH=74,42g CK=15,60g SÓ=2,02g TZS=0,00g
SZERDA 2018. 03. 14.	Tejes kávé (1, 2)*; Kenőmájás; Teljes kiörlésű kenyér uzsi (1, 2)*;	Alma; Kifli (1, 2)*; Vitelma margarin;	Szárazbableves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Túrós tészta tepertővel (1, 2)*; Túró (2)*; Tejfől (2)*;	Szárazbableves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rakott burgonya (1, 2, 3)*; Csemege uborka;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2)*;	Pizzás táská (1, 2)*; Zsemle (1)*; Zsemle (1)*; Nap mint nap gyümölcsjoghurt (1, 2, 3, 6, 8)*; Alma;
	EN=565,16kcal FH=23,86g ZS=18,18g SZH=79,86g CK=12,21g SÓ=1,42g TZS=0,00g	EN=198,87kcal FH=4,30g ZS=3,79g SZH=35,60g CK=1,65g SÓ=0,51g TZS=0,00g	EN=813,82kcal FH=39,43g ZS=28,20g SZH=100,32g CK=0,32g SÓ=1,41g TZS=0,00g	EN=787,90kcal FH=29,58g ZS=25,00g SZH=96,44g CK=0,32g SÓ=1,96g TZS=0,00g	EN=295,83kcal FH=10,20g ZS=8,49g SZH=43,62g CK=1,48g SÓ=0,17g TZS=0,00g	EN=658,32kcal FH=17,34g ZS=14,06g SZH=111,14g CK=18,03g SÓ=1,16g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2018. 03. 15.	Tej (2)*; Csirkemell sonka (1, 2, 4)*; Paradicsom; Rozskenyér (1, 2)*; Delma margarin;	Kiwi; Szezám-magos kifli (1, 2, 12)*; Dzsem;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Magyaros pulyka aprópecsenye; Burgonyafőzelék (1, 2)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Sajtos szelet (1, 2)*; Zöldséges bulgur (1, 5, 13)*;	Joghurt (2)*; Tökmagos párna (1)*; Alma;	Alma; Májkrém (4)*; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Kefír (2)*;
	EN=467,34kcal FH=25,20g ZS=13,10g SZH=67,68g CK=1,35g SÓ=2,33g TZS=0,00g	EN=227,01kcal FH=5,10g ZS=1,72g SZH=46,54g CK=0,81g SÓ=0,25g TZS=0,00g	EN=710,85kcal FH=28,61g ZS=17,91g SZH=100,58g CK=17,10g SÓ=2,18g TZS=0,00g	EN=878,75kcal FH=45,25g ZS=27,43g SZH=116,60g CK=15,54g SÓ=2,71g TZS=0,00g	EN=366,40kcal FH=13,60g ZS=10,20g SZH=54,40g CK=0,72g SÓ=0,41g TZS=0,00g	EN=553,64kcal FH=17,60g ZS=22,58g SZH=67,90g CK=3,30g SÓ=1,76g TZS=0,00g
PÉNTEK 2018. 03. 16.	Citromos tea (13)*; Házi körözött (2)*; Lenmagos kenyér (1, 2)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Fonottka 50g (1, 2)*;	Marha erőleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Székelykáposzta (1, 2)*; Túrós pite (1, 2, 3)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Marha erőleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Roston sült hal (1, 5, 9)*; Párolt rizs (5)*; Joghurtos öntet (2)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Banán; Teljes kiörlésű gabonás keksz (1, 5)*;	Ásványvíz; Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Kakaós csiga (1)*;
	EN=383,30kcal FH=17,96g ZS=6,56g SZH=62,14g CK=11,17g SÓ=0,84g TZS=0,00g	EN=242,50kcal FH=11,00g ZS=5,50g SZH=40,00g CK=1,92g SÓ=0,59g TZS=0,00g	EN=786,35kcal FH=28,48g ZS=37,97g SZH=78,49g CK=5,16g SÓ=2,24g TZS=0,00g	EN=898,69kcal FH=37,44g ZS=26,86g SZH=123,66g CK=1,04g SÓ=2,68g TZS=0,00g	EN=349,10kcal FH=5,10g ZS=8,80g SZH=59,20g CK=0,92g SÓ=0,40g TZS=0,00g	EN=693,94kcal FH=18,50g ZS=24,38g SZH=100,50g CK=4,09g SÓ=1,52g TZS=0,00g

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:

Középiszkola

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO; TZS=Telített zsír;
(* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid;
14=Csilagfűrt

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2018. 03. 17.	Citromos tea (13)*; Zala felvágott (4)*; Félbarna kenyér (1, 2)*; Kigyó uborka;	Tej (2)*; Szezámagos kifli (1, 2, 12)*;	Zöldborsóleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rizseshús (5)*; Csemege uborka; Félbarna kenyér (1, 2)*;		Sajt uzsi (2)*; Zsemle (1)*;	Chilisbab (1, 5)*; Alma; Félbarna kenyér (1, 2)*;
	EN=399,95kcal FH=15,60g ZS=9,40g SZH=63,15g CK=11,51g SÓ=1,62g TZS=0,00g	EN=264,01kcal FH=13,30g ZS=7,72g SZH=39,94g CK=0,81g SÓ=0,25g TZS=0,00g	EN=869,63kcal FH=30,47g ZS=34,00g SZH=108,65g CK=1,42g SÓ=3,31g TZS=0,00g		EN=267,11kcal FH=15,17g ZS=9,73g SZH=29,42g CK=0,76g SÓ=1,01g TZS=0,00g	EN=689,17kcal FH=35,53g ZS=18,55g SZH=90,72g CK=0,86g SÓ=1,00g TZS=0,00g
VASÁRNAP 2018. 03. 18.	Citromos tea (13)*; Kenőmájas; Korpás zsemle (1)*; Zöldpaprika;	Tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Tejfölös gombás sertés szelet (1, 2, 5)*; Petrezselymes burgonya; Félbarna kenyér (1, 2)*;		Fonott kalács (1, 2, 3)*; Alma;	Pulyka aprópecsenye (1)*; Sárgarépa főzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1, 2)*;
	EN=319,11kcal FH=12,37g ZS=14,15g SZH=38,95g CK=10,76g SÓ=1,14g TZS=0,00g	EN=264,87kcal FH=13,30g ZS=7,29g SZH=40,80g CK=1,65g SÓ=0,51g TZS=0,00g	EN=803,74kcal FH=34,57g ZS=23,58g SZH=102,60g CK=15,77g SÓ=1,93g TZS=0,00g		EN=363,08kcal FH=8,64g ZS=6,72g SZH=66,44g CK=2,88g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=569,95kcal FH=31,54g ZS=18,77g SZH=67,49g CK=10,01g SÓ=1,61g TZS=0,00g

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

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO; TZS=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, piztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2018. 03. 19.	Zöldtea-citrusos (13)*; Sajt uzsi (2)*; Liga margarin; Teljes kiörlésű kenyér uzsi (1, 2)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Zabpelyhes zsemle (1)*;	Nyírségi gombóclevés (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Fokh-gombás csirkemáj (5)*; Fűszeres burgonya (5)*; Alma; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Nyírségi gombóclevés (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Darás metélt (1)*; Barackíz; Porcukor; Alma;	Briós (1, 2)*; Kiwi;	Ananászos csirkemell ragu (1)*; Párolt rizs (5)*;
	EN=443,29kcal FH=19,10g ZS=12,90g SZH=61,65g CK=11,21g SÓ=1,26g TZS=0,00g	EN=231,10kcal FH=10,77g ZS=4,53g SZH=39,15g CK=0,76g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=825,77kcal FH=46,60g ZS=23,57g SZH=96,23g CK=1,65g SÓ=3,71g TZS=0,00g	EN=938,72kcal FH=31,56g ZS=20,71g SZH=153,35g CK=20,37g SÓ=1,59g TZS=0,00g	EN=296,40kcal FH=7,10g ZS=4,20g SZH=56,40g CK=1,75g SÓ=0,18g TZS=0,00g	EN=592,44kcal FH=27,88g ZS=13,41g SZH=88,53g CK=0,18g SÓ=1,66g TZS=0,00g
KEDD 2018. 03. 20.	Főzött kakaó (2)*; Metélőhagym.vajkr. (2)*; Félbarna kenyér (1, 2)*; Sárgarépa;	Kiwi; Méz; Korpás zsemle (1)*;	Csurgatott tojásleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Tavaszi halragu (5, 9)*; Párolt rizs (5)*; Mandarin; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Csurgatott tojásleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rántott sertés szelet (1, 2, 3, 11)*; Burgonya püré (2)*; Fejeskáposzta-saláta vás.; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Vadas aprópecsenye (1, 2, 11)*; Orsó tészta (1)*; Alma;
	EN=526,38kcal FH=18,98g ZS=14,94g SZH=83,14g CK=12,70g SÓ=0,55g TZS=0,00g	EN=239,96kcal FH=5,57g ZS=2,65g SZH=51,50g CK=0,76g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=848,22kcal FH=38,72g ZS=18,57g SZH=126,76g CK=1,04g SÓ=2,89g TZS=0,00g	EN=798,80kcal FH=27,89g ZS=22,06g SZH=112,41g CK=6,86g SÓ=3,23g TZS=0,00g	EN=298,65kcal FH=10,00g ZS=9,85g SZH=42,70g CK=1,65g SÓ=0,17g TZS=0,00g	EN=772,93kcal FH=27,67g ZS=33,74g SZH=87,19g CK=2,50g SÓ=1,00g TZS=0,00g
SZERDA 2018. 03. 21.	Erdei gyümölcsízű tea (13)*; Tojáskrém (1, 2, 3, 11)*; Négy magv.zsemle (1, 12)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Tarhonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Paprikás sertés szelet (1)*; Zöldbabfőzelék (1, 2)*; Top túró rolád (2, 4, 6, 8)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Tarhonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Dobozos üdítő őszi-alma; Fatörzskifli (1, 2)*;	Brassói aprópecsenye (5)*; Forgatott burgonya; Félbarna kenyér (1, 2)*;
	EN=351,26kcal FH=10,75g ZS=14,11g SZH=42,45g CK=10,77g SÓ=0,52g TZS=0,00g	EN=220,87kcal FH=10,30g ZS=5,29g SZH=35,80g CK=1,65g SÓ=0,51g TZS=0,00g	EN=752,24kcal FH=38,54g ZS=26,23g SZH=85,41g CK=16,03g SÓ=2,86g TZS=0,00g	EN=807,47kcal FH=30,34g ZS=21,71g SZH=117,24g CK=3,43g SÓ=3,29g TZS=0,00g	EN=304,33kcal FH=5,70g ZS=3,99g SZH=59,62g CK=13,48g SÓ=0,17g TZS=0,00g	EN=728,46kcal FH=27,10g ZS=34,04g SZH=68,01g CK=1,40g SÓ=2,50g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2018. 03. 22.	Tej (2)*; Toast sonka (1, 2, 4)*; Liga margarin; Rozskenyér (1, 2)*;	Mandarin; Paradicsomos halpástétom DB (9)*; Búzakorp.d.rúd (1, 2)*;	Csontleves csigatésztával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sült kolbász (4)*; Lencsefőzelék (1, 2, 5, 11)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Csontleves csigatésztával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Hentes szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Galuska (1, 3)*;	Kakaós csiga (1)*;	Citromos tea (13)*; Hamburger (1, 2, 5)*;
	EN=451,04kcal FH=24,60g ZS=12,10g SZH=65,50g CK=1,28g SÓ=1,69g TZS=0,00g	EN=264,94kcal FH=7,80g ZS=11,15g SZH=34,31g CK=0,82g SÓ=0,60g TZS=0,00g	EN=913,73kcal FH=43,73g ZS=48,07g SZH=81,48g CK=7,09g SÓ=2,12g TZS=0,00g	EN=790,90kcal FH=40,95g ZS=25,94g SZH=92,18g CK=0,84g SÓ=2,45g TZS=0,00g	EN=291,20kcal FH=4,90g ZS=9,80g SZH=46,90g CK=0,79g SÓ=0,14g TZS=0,00g	EN=768,67kcal FH=32,29g ZS=34,46g SZH=77,99g CK=13,52g SÓ=3,20g TZS=0,00g
PÉNTEK 2018. 03. 23.	Citromos tea (13)*; Medvehagymás túrókrém (2)*; Magvas kenyér (1, 12)*;	Poharas tej (2)*; Mézes Flakes 40g (1, 5, 6)*;	Lestyános burgonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rizibizi (5)*;	Lestyános burgonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Köményes aprópecsenye; Kelkáposzta-főzelék (1, 5)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12, 13)*;	Kockasajt (2)*; Félbarna kenyér (1, 2)*; Mandarin;	Nap mint nap gyümölcsjoghurt (1, 2, 3, 6, 8)*; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Májkrém (4)*; Alma;
	EN=392,56kcal FH=18,20g ZS=10,10g SZH=58,85g CK=11,17g SÓ=0,72g TZS=0,00g	EN=240,40kcal FH=9,20g ZS=4,40g SZH=43,20g CK=0,48g SÓ=0,89g TZS=0,00g	EN=761,53kcal FH=42,47g ZS=22,59g SZH=91,46g CK=0,98g SÓ=3,10g TZS=0,00g	EN=799,48kcal FH=33,89g ZS=38,15g SZH=72,97g CK=8,64g SÓ=2,87g TZS=0,00g	EN=423,20kcal FH=14,80g ZS=12,90g SZH=61,30g CK=1,26g SÓ=0,83g TZS=0,00g	EN=555,04kcal FH=15,30g ZS=19,18g SZH=77,30g CK=17,71g SÓ=1,78g TZS=0,00g

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

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO; TZS=Telített zsír;
(* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2018. 03. 24.	Citromos tea (13)*; Zala felvágott (4)*; Delma margarin; Csavart kifli (1, 2)*;	Tej (2)*; Zabpehely (1)*;	Csorbaleves (1, 2, 5)*; Gombapörkölt (1, 2, 5)*; Orsó tészta (1)*; Kiwi; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;		Alma; Lapkasajt (2)*; Zsemle (1)*;	Párolt s.szelet (1, 5)*; Gyümölcsmártás (1, 2)*; Tört bugonya 1/2 adag (5)*; Félbarna kenyér (1, 2)*;
	EN=327,79kcal FH=11,50g ZS=12,40g SZH=42,28g CK=11,14g SÓ=1,52g TZS=0,00g	EN=402,20kcal FH=18,80g ZS=10,90g SZH=59,80g CK=0,00g SÓ=0,00g TZS=0,00g	EN=921,08kcal FH=37,87g ZS=33,16g SZH=115,01g CK=1,03g SÓ=2,55g TZS=0,00g		EN=308,11kcal FH=15,17g ZS=9,73g SZH=38,42g CK=0,76g SÓ=0,61g TZS=0,00g	EN=653,04kcal FH=30,72g ZS=12,09g SZH=97,46g CK=24,58g SÓ=2,20g TZS=0,00g
VASÁRNAP 2018. 03. 25.	Citromos tea (13)*; Metélőhagym.vajkr. (2)*; Félbarna kenyér (1, 2)*; Kigyó uborka;	Tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Zellerleves (1, 3, 5)*; Fokhagymás s. szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonya püré (2)*; Céklasaláta; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;		Banán; Teljes kiörlésű gabonás keksz (1, 5)*;	Csirkemell csíkok pirítva (1)*; Finomfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1, 2)*;
	EN=374,85kcal FH=10,20g ZS=8,90g SZH=63,85g CK=11,70g SÓ=0,55g TZS=0,00g	EN=264,87kcal FH=13,30g ZS=7,29g SZH=40,80g CK=1,65g SÓ=0,51g TZS=0,00g	EN=709,44kcal FH=34,18g ZS=16,32g SZH=95,17g CK=1,06g SÓ=2,93g TZS=0,00g		EN=349,10kcal FH=5,10g ZS=8,80g SZH=59,20g CK=0,92g SÓ=0,40g TZS=0,00g	EN=524,45kcal FH=36,00g ZS=9,48g SZH=72,52g CK=13,59g SÓ=1,62g TZS=0,00g

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:

Középiszkola

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO; TZS=Telített zsír;
(* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2018. 03. 26.	Citromos tea (13)*; Csemege szalámi; Liga margarin; Csavart kifli (1, 2)*;	Poharas tej (2)*; Szezámagos kifli (1, 2, 12)*;	Szárnyasraguleves (1, 3, 4, 5, 11)*; Túrós tészta tepertővel (1, 2)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Alma;	Szárnyasraguleves (1, 3, 4, 5, 11)*; Temesvári aprópecsenye (2, 5)*; Törtburgonya (5)*;	Dzsem; Félbarna kenyér (1, 2)*;	Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Spenót (1, 2)*; Félbarna kenyér (1, 2)*;
	EN=350,79kcal FH=11,50g ZS=14,65g SZH=41,50g CK=10,82g SÓ=1,16g TZS=0,00g	EN=220,01kcal FH=10,30g ZS=5,72g SZH=34,94g CK=0,81g SÓ=0,25g TZS=0,00g	EN=850,00kcal FH=45,96g ZS=31,91g SZH=94,42g CK=0,34g SÓ=1,41g TZS=0,00g	EN=769,34kcal FH=37,63g ZS=36,35g SZH=62,39g CK=1,40g SÓ=2,82g TZS=0,00g	EN=303,60kcal FH=9,00g ZS=0,90g SZH=64,10g CK=1,26g SÓ=0,47g TZS=0,00g	EN=552,44kcal FH=25,97g ZS=25,12g SZH=53,49g CK=5,29g SÓ=1,79g TZS=0,00g
KEDD 2018. 03. 27.	Tejes kávé (1, 2)*; Fokh.petr. vajkrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér uzsi (1, 2)*;	Méz; Búzakorp.d.rúd (1, 2)*;	Tarhonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rakott karfiol (1, 2, 3, 5)*; Mandarin; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;	Tarhonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sertéspörkölt; Sárgaborsófőzelék (1, 5)*;	Kockasajt (2)*; Zsemle (1)*; Alma;	Lekváros derelye (1)*; Porcukor;
	EN=497,66kcal FH=17,46g ZS=13,28g SZH=80,56g CK=12,21g SÓ=0,57g TZS=0,00g	EN=192,94kcal FH=4,30g ZS=2,15g SZH=40,71g CK=0,82g SÓ=0,26g TZS=0,00g	EN=741,89kcal FH=32,88g ZS=30,59g SZH=79,70g CK=1,53g SÓ=2,32g TZS=0,00g	EN=793,48kcal FH=39,19g ZS=38,42g SZH=68,03g CK=1,41g SÓ=2,65g TZS=0,00g	EN=321,91kcal FH=9,77g ZS=12,53g SZH=40,42g CK=0,76g SÓ=0,65g TZS=0,00g	EN=737,44kcal FH=17,20g ZS=13,72g SZH=136,06g CK=20,00g SÓ=0,35g TZS=0,00g
SZERDA 2018. 03. 28.	Csipkebogyótea (13)*; Toast sonka (1, 2, 4)*; Delma margarin; Teljes kiörlésű kenyér uzsi (1, 2)*; Sárgarépa;	Poharas tej (2)*; Almás gabonás pehely (1, 5, 6)*;	Paradicsomleves betűtésztaival (1, 3, 5)*; Bácskai rizseshús (5)*;	Paradicsomleves betűtésztaival (1, 3, 5)*; Carbonara szósz hallal (1, 2, 9)*; Spagetti (1)*; Sajt (2)*;	Kefír (2)*; Fonottka 50g (1, 2)*;	Ásványvíz; Camping sajt (2)*; Zsemle (1)*; Zsemle (1)*; Alma;
	EN=383,19kcal FH=16,20g ZS=5,20g SZH=65,73g CK=11,28g SÓ=1,73g TZS=0,00g	EN=241,20kcal FH=9,20g ZS=5,20g SZH=42,80g CK=0,48g SÓ=0,32g TZS=0,00g	EN=865,45kcal FH=25,10g ZS=36,07g SZH=108,23g CK=17,83g SÓ=3,01g TZS=0,00g	EN=847,50kcal FH=44,63g ZS=24,84g SZH=109,10g CK=17,00g SÓ=2,11g TZS=0,00g	EN=240,00kcal FH=9,50g ZS=6,00g SZH=36,00g CK=1,92g SÓ=0,59g TZS=0,00g	EN=647,42kcal FH=26,54g ZS=27,06g SZH=69,04g CK=1,52g SÓ=0,58g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2018. 03. 29.	Tej (2)*; Tejfőlös-túró (2)*; Teljes kiörlésű kenyér uzsi (1, 2)*; Kigyó uborka;	Kockasajt (2)*; Négy magv.zsemle (1, 12)*;	Zellerkrémleves s.répakockával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sajtos panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Petrezselymes burgonya; Joghurtos öntet (2)*; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;		Májkrém (4)*; Kifli (1, 2)*;	Citromos tea (13)*; Hot-Dog (1, 11)*;
	EN=461,90kcal FH=26,00g ZS=11,60g SZH=67,60g CK=1,21g SÓ=0,73g TZS=0,00g	EN=291,76kcal FH=10,30g ZS=13,59g SZH=31,68g CK=0,77g SÓ=0,65g TZS=0,00g	EN=774,66kcal FH=26,34g ZS=22,16g SZH=108,08g CK=2,60g SÓ=3,17g TZS=0,00g		EN=291,87kcal FH=8,80g ZS=16,79g SZH=26,30g CK=1,65g SÓ=1,25g TZS=0,00g	EN=642,57kcal FH=26,74g ZS=26,56g SZH=70,89g CK=11,52g SÓ=3,28g TZS=0,00g
PÉNTEK 2018. 03. 30.	Zöldtea-citrusos (13)*; Tojáskrém (1, 2, 3, 11)*; Magvas kenyér (1, 12)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Csavart kifli (1, 2)*;	Májgaluskaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Fasírt (1, 3, 5)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*;		Joghurt (2)*; Fatörzskifli (1, 2)*;	Paprikásburgonya hússal (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Fejeskáposzta-saláta vás.; Félbarna kenyér (1, 2)*;
	EN=468,30kcal FH=15,35g ZS=17,92g SZH=59,57g CK=11,17g SÓ=0,76g TZS=0,00g	EN=248,60kcal FH=11,50g ZS=5,10g SZH=41,35g CK=0,82g SÓ=0,32g TZS=0,00g	EN=873,28kcal FH=48,36g ZS=36,96g SZH=84,45g CK=13,19g SÓ=2,53g TZS=0,00g		EN=309,33kcal FH=10,20g ZS=9,99g SZH=45,12g CK=1,48g SÓ=0,17g TZS=0,00g	EN=762,83kcal FH=29,96g ZS=30,18g SZH=82,32g CK=1,12g SÓ=1,75g TZS=0,00g

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:

Középiszkola

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO; TZS=Telített zsír;
(* Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt)

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2018. 03. 31.	Citromos tea (13)*; Magyaros sajtkrém (2)*; Félbarna kenyér (1, 2)*;	Tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Csontleves csigatésztával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Pince ragu (1)*; Hagymás burgonya; Vegyes vágott; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;		Kockasajt (2)*; Zsemle (1)*; Narancs;	Halpaprikás (5, 9)*; Szarvacska (1)*; Félbarna kenyér (1, 2)*;
	EN=361,25kcal FH=11,80g ZS=6,90g SZH=63,05g CK=11,26g SÓ=1,07g TZS=0,00g	EN=264,87kcal FH=13,30g ZS=7,29g SZH=40,80g CK=1,65g SÓ=0,51g TZS=0,00g	EN=747,43kcal FH=28,95g ZS=26,19g SZH=87,73g CK=1,67g SÓ=3,09g TZS=0,00g		EN=335,91kcal FH=11,17g ZS=12,53g SZH=41,82g CK=0,76g SÓ=0,65g TZS=0,00g	EN=661,89kcal FH=37,42g ZS=13,56g SZH=95,48g CK=1,08g SÓ=1,22g TZS=0,00g
VASÁRNAP 2018. 04. 01.	Citromos tea (13)*; Virsli; Mustár (1, 11)*; Hosszú zsemle (1)*;	Tej (2)*; Zsemle (1)*;	Cukkinikrémleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Gombás pulykatokány (1, 2)*; Petrezselymes rizs (5)*; Befőtt; Telj.kiörl.kenyér (1, 2)*;		Kefír (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*; Alma;	Sertéspörkölt; Zöldbabfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1, 2)*;
	EN=354,88kcal FH=14,07g ZS=14,21g SZH=40,89g CK=10,76g SÓ=1,69g TZS=0,00g	EN=273,51kcal FH=13,77g ZS=6,53g SZH=43,62g CK=0,76g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=846,66kcal FH=31,27g ZS=25,09g SZH=123,32g CK=14,35g SÓ=3,06g TZS=0,00g		EN=328,55kcal FH=10,00g ZS=8,35g SZH=51,00g CK=1,65g SÓ=0,17g TZS=0,00g	EN=660,07kcal FH=31,07g ZS=32,79g SZH=57,90g CK=5,15g SÓ=1,74g TZS=0,00g

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

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SO; TZS=Telített zsír;

(*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"