

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2024.04.01.						
KEDD 2024.04.02.	Erdei gyümölcs tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Sárgarépa;	Kenőmájas (1, 2, 4)*; Kifli (1, 2)*; Kigyóborka;	Buzsáki leves (2, 5, 11)*; Tejszínes sertésragu (1, 2, 5)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Buzsáki leves (2, 5, 11)*; Rakott metélt dióval (1, 2, 5, 6, 11, 13)*;	Kockasajt (2)*; Teljes kiörlésű zsemle (1)*;	Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*;
	EN=465,10kcal FH=13,40g ZS=16,32g SZH=65,52g CK=14,28g SÓ=2,42g TZS=6,18g	EN=268,05kcal FH=9,13g ZS=13,22g SZH=27,24g CK=2,28g SÓ=1,57g TZS=5,50g	EN=988,53kcal FH=37,64g ZS=56,46g SZH=105,79g CK=2,83g SÓ=1,76g TZS=2,97g	EN=1 057,72kcal FH=31,09g ZS=43,21g SZH=132,11g CK=56,00g SÓ=1,10g TZS=1,22g	EN=219,50kcal FH=7,50g ZS=7,60g SZH=28,51g CK=0,35g SÓ=1,84g TZS=4,85g	EN=582,24kcal FH=42,88g ZS=17,15g SZH=51,55g CK=26,67g SÓ=0,86g TZS=1,61g
SZERDA 2024.04.03.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kigyóborka;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Alma;	Nyírségi gombóclevés csirkehússal (1, 2, 5)*; Sajtos halvagdalt diós morzsával (1, 2, 3, 6, 9)*; Törtburgonya (5)*;	Nyírségi gombóclevés csirkehússal (1, 2, 5)*; Carbonara szósz (1, 2)*; Spagetti (1)*; Sajt szórát (2)*;	Joghurt (2)*; Teljes kiörlésű egyeses kifli (1)*;	Rántott sajt 'mirelit' (1, 2, 3)*; Petrezselymes burgonya (5)*;
	EN=389,00kcal FH=18,29g ZS=9,86g SZH=57,01g CK=14,69g SÓ=1,73g TZS=3,36g	EN=223,52kcal FH=4,89g ZS=3,59g SZH=41,26g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=970,26kcal FH=49,03g ZS=38,87g SZH=93,98g CK=4,80g SÓ=3,29g TZS=4,92g	EN=951,13kcal FH=46,70g ZS=40,91g SZH=94,03g CK=7,26g SÓ=2,66g TZS=6,71g	EN=217,50kcal FH=9,40g ZS=6,00g SZH=29,75g CK=6,35g SÓ=0,75g TZS=3,90g	EN=760,97kcal FH=27,16g ZS=28,63g SZH=94,52g CK=1,72g SÓ=2,02g TZS=0,73g
CSÜTÖRTÖK 2024.04.04.	Citromos tea; Tejfölös-túró (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Bríós (1, 2, 3)*; Alma;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Milánói szósz hússal (1)*; Spagetti (1)*; Sajt szórát (2)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Fokhagymás aprópecsenye (1, 5)*; Forgatott burgonya; Csemege uborka (11)*;	Lapkasajt (2)*; Teljes kiörlésű zsemle (1)*;	Citromos tea; Baconos péklángos (1, 2, 13)*;
	EN=365,10kcal FH=16,07g ZS=4,78g SZH=63,79g CK=11,21g SÓ=1,35g TZS=0,09g	EN=317,80kcal FH=6,09g ZS=5,25g SZH=59,92g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=847,00kcal FH=35,05g ZS=33,62g SZH=98,82g CK=13,01g SÓ=2,15g TZS=5,86g	EN=794,26kcal FH=30,73g ZS=37,40g SZH=74,42g CK=6,52g SÓ=3,05g TZS=1,41g	EN=282,00kcal FH=17,30g ZS=12,10g SZH=24,25g CK=0,35g SÓ=1,60g TZS=7,85g	EN=359,60kcal FH=11,30g ZS=13,50g SZH=46,35g CK=10,94g SÓ=1,40g TZS=5,70g
PÉNTEK 2024.04.05.	Főzött kakaó (2, 4)*; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlésű zsemle (1)*; Paradicsom;	Lencseleves sertéshússal (1, 2, 5, 11)*; Tejberizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Alma;	Lencseleves sertéshússal (1, 2, 5, 11)*; Szezámós rántott halfilé (1, 3, 9, 12)*; Sárgarépás rizs (5)*; Majonéz (3, 11)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Zsemle (1)*;	Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Májkrém; Kifli (1, 2)*;
	EN=550,64kcal FH=21,73g ZS=16,80g SZH=75,11g CK=25,20g SÓ=2,06g TZS=6,88g	EN=289,75kcal FH=9,47g ZS=15,27g SZH=26,84g CK=0,55g SÓ=1,71g TZS=5,94g	EN=844,33kcal FH=36,03g ZS=24,78g SZH=136,42g CK=47,21g SÓ=0,96g TZS=3,11g	EN=1 000,23kcal FH=46,04g ZS=38,46g SZH=140,46g CK=5,56g SÓ=3,28g TZS=2,62g	EN=214,45kcal FH=6,84g ZS=6,21g SZH=31,87g CK=0,16g SÓ=1,34g TZS=4,00g	EN=635,45kcal FH=16,93g ZS=34,06g SZH=62,92g CK=5,07g SÓ=2,73g TZS=16,00g

**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=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevő k között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

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

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2024.04.06.	Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Félbarna kenyér (1)*; Liga Margarin; Alma;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Tejbedara (1, 2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*;
	EN=405,10kcal FH=14,08g ZS=11,70g SZH=60,91g CK=11,53g SÓ=2,37g TZS=3,93g	EN=308,90kcal FH=8,64g ZS=3,70g SZH=59,91g CK=1,24g SÓ=1,37g TZS=0,93g	EN=903,90kcal FH=32,71g ZS=45,14g SZH=85,49g CK=15,83g SÓ=2,22g TZS=2,83g		EN=314,30kcal FH=10,61g ZS=6,58g SZH=53,24g CK=1,17g SÓ=1,96g TZS=3,77g	EN=384,84kcal FH=13,42g ZS=5,81g SZH=68,69g CK=44,76g SÓ=0,46g TZS=3,31g
VASÁRNAP 2024.04.07.	Citromos tea; Virsli (1, 2, 3, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Mustár (11)*;	Kockasajt (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Gombaleves (1, 2, 3, 5)*; Zöldborsós sertés szelet (1, 5)*; Törtburgonya (5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Kifli (1, 2)*; Teavaj (2)*; Alma;	Pulykasült (5)*; Almamártás (1, 2)*; Főtt burgonya 1/2;
	EN=457,90kcal FH=15,95g ZS=15,55g SZH=63,11g CK=11,45g SÓ=2,64g TZS=4,45g	EN=333,30kcal FH=11,21g ZS=7,90g SZH=54,30g CK=1,17g SÓ=2,50g TZS=4,59g	EN=789,67kcal FH=38,40g ZS=25,77g SZH=92,92g CK=3,72g SÓ=1,86g TZS=1,85g		EN=271,47kcal FH=4,14g ZS=12,64g SZH=34,61g CK=1,63g SÓ=0,48g TZS=8,58g	EN=542,58kcal FH=27,67g ZS=12,57g SZH=73,79g CK=33,80g SÓ=0,71g TZS=0,40g

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=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2024.04.08.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Sonkás krém 50g Eurofood ; Zsemle (1)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Vega paradicsomos-lencsés szósz (1, 5)*; Makaróni (1)*; Sajt szórát (2)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*;	Bebo Mini Margarin; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*; Alma;	Temesvári aprópecsenye (1, 2, 5)*; Párolt rizs (5)*;
	EN=422,90kcal FH=14,78g ZS=11,82g SZH=63,81g CK=11,53g SÓ=2,37g TZS=3,93g	EN=299,45kcal FH=8,84g ZS=15,83g SZH=29,22g CK=0,16g SÓ=1,38g TZS=6,12g	EN=950,10kcal FH=41,69g ZS=24,71g SZH=137,27g CK=12,27g SÓ=1,54g TZS=4,41g	EN=933,75kcal FH=29,97g ZS=44,10g SZH=94,37g CK=4,20g SÓ=2,32g TZS=8,94g	EN=199,40kcal FH=4,86g ZS=4,10g SZH=33,55g CK=0,35g SÓ=0,60g TZS=1,00g	EN=652,99kcal FH=22,38g ZS=36,41g SZH=85,04g CK=1,44g SÓ=1,05g TZS=2,19g
KEDD 2024.04.09.	Tej (2)*; Sajtós rúd (1, 2, 3)*;	Teljes kiörlésű gabonás keksz (1, 5)*; Alma;	Bakonyi betyárleves (1, 2, 3, 5)*; Natúr baromfi érme (1, 2, 3, 4, 11)*; Sárgarépa-főzelék (1, 2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Bakonyi betyárleves (1, 2, 3, 5)*; Budapest ragu (5)*; Kuskusz (1, 5)*;	Teavaj (2)*; Zsemle (1)*; Kigyóborka;	Sertéspörkölt (1)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=450,50kcal FH=15,09g ZS=24,38g SZH=41,89g CK=15,36g SÓ=1,86g TZS=12,94g	EN=227,80kcal FH=3,88g ZS=6,40g SZH=37,80g CK=9,20g SÓ=0,18g TZS=3,12g	EN=840,19kcal FH=36,66g ZS=37,63g SZH=83,36g CK=23,03g SÓ=3,57g TZS=5,70g	EN=986,82kcal FH=46,93g ZS=47,09g SZH=87,02g CK=7,23g SÓ=1,75g TZS=1,97g	EN=248,87kcal FH=4,90g ZS=12,07g SZH=29,73g CK=0,16g SÓ=0,65g TZS=8,30g	EN=719,97kcal FH=27,93g ZS=37,71g SZH=62,84g CK=13,64g SÓ=1,43g TZS=1,20g
SZERDA 2024.04.10. Húsmentes nap	Meggyes gyümölcs Tea; Főtt tojás (3)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Hargitai burgonyaleves (1, 2, 5)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vaníliás gesztenyekrém (1, 2)*; Alma;	Hargitai burgonyaleves (1, 2, 5)*; Pritaminos sajt-felfújt (1, 2, 3)*; Zöldbabfőzelék (1, 2)*; Alma;	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Spagetti (1)*; Sajt szórát (2)*; Tejföl (2)*;
	EN=283,60kcal FH=9,36g ZS=7,74g SZH=39,61g CK=10,45g SÓ=0,91g TZS=2,51g	EN=265,29kcal FH=9,55g ZS=5,74g SZH=43,80g CK=0,59g SÓ=1,34g TZS=0,36g	EN=1 000,26kcal FH=21,91g ZS=20,88g SZH=175,59g CK=50,39g SÓ=1,60g TZS=7,74g	EN=788,16kcal FH=34,40g ZS=24,08g SZH=100,49g CK=12,13g SÓ=2,22g TZS=10,17g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=568,81kcal FH=20,72g ZS=19,88g SZH=76,20g CK=4,00g SÓ=0,81g TZS=5,70g
CSÜTÖRTÖK 2024.04.11.	Tejeskávé (1, 2)*; Vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Kigyóborka;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Majorannás sertésragu (1, 2, 5)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Bácskai rizseshús (5)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Túrós rácsos (1, 2, 3)*;	Lecsós csirkeragu (1)*; Bulgur (1, 5)*;
	EN=476,82kcal FH=18,15g ZS=9,61g SZH=79,18g CK=25,13g SÓ=1,64g TZS=2,63g	EN=303,85kcal FH=9,41g ZS=15,89g SZH=29,76g CK=0,23g SÓ=1,80g TZS=6,41g	EN=871,60kcal FH=26,64g ZS=33,52g SZH=105,05g CK=26,59g SÓ=3,12g TZS=1,76g	EN=866,92kcal FH=28,42g ZS=37,90g SZH=126,50g CK=26,72g SÓ=3,42g TZS=1,92g	EN=233,10kcal FH=5,74g ZS=11,06g SZH=27,58g CK=7,35g SÓ=0,42g TZS=5,25g	EN=577,08kcal FH=27,52g ZS=16,87g SZH=67,66g CK=3,02g SÓ=1,25g TZS=1,58g
PÉNTEK 2024.04.12.	Citromos tea; Kenőmájas (1, 2, 4)*; Zsemle (1)*; Lilahagyma;	Dzsem (13)*; Bebo Mini Margarin; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Rozmaringos sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rizibizi (5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Natúr sertés szelet (1, 5)*; Almamártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Kockasajt (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Teljes kiörlésű meggyes párna (1, 2)*; Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Zsemle (1)*; Alma;
	EN=338,85kcal FH=9,90g ZS=12,59g SZH=45,78g CK=13,39g SÓ=1,74g TZS=5,24g	EN=218,50kcal FH=4,30g ZS=4,10g SZH=38,75g CK=13,60g SÓ=0,60g TZS=1,00g	EN=868,36kcal FH=43,95g ZS=27,05g SZH=125,33g CK=8,88g SÓ=1,79g TZS=2,10g	EN=849,60kcal FH=35,65g ZS=20,20g SZH=125,20g CK=34,96g SÓ=1,67g TZS=1,48g	EN=333,30kcal FH=11,21g ZS=7,90g SZH=54,30g CK=1,17g SÓ=2,50g TZS=4,59g	EN=537,45kcal FH=11,05g ZS=22,81g SZH=69,43g CK=6,59g SÓ=2,01g TZS=8,20g

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=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevő k között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2024.04.13.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Sült virsli (1, 2, 3, 4)*; Zöldbabfőzelék (1, 2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Dzsem (13)*; Kifli (1, 2)*;	Pulykasült (5)*; Sárgarépa-főzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=409,60kcal FH=15,08g ZS=12,20g SZH=61,06g CK=11,53g SÓ=2,47g TZS=3,93g	EN=308,90kcal FH=8,64g ZS=3,70g SZH=59,91g CK=1,24g SÓ=1,37g TZS=0,93g	EN=782,19kcal FH=28,36g ZS=34,19g SZH=80,19g CK=11,94g SÓ=3,82g TZS=7,94g		EN=189,35kcal FH=3,53g ZS=1,16g SZH=39,77g CK=14,88g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=604,43kcal FH=34,23g ZS=16,10g SZH=76,07g CK=22,00g SÓ=1,69g TZS=1,46g
VASÁRNAP 2024.04.14.	Citromos tea; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Félbarna kenyér (1)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Sajtos szelet (1, 2, 5, 6)*; Rizibizi (5)*;		Kifli (1, 2)*; Alma;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyafőzelék (1, 2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;
	EN=354,90kcal FH=10,61g ZS=6,58g SZH=63,29g CK=11,21g SÓ=1,96g TZS=3,77g	EN=313,20kcal FH=8,31g ZS=5,40g SZH=57,84g CK=1,17g SÓ=1,26g TZS=0,09g	EN=762,04kcal FH=41,78g ZS=30,91g SZH=102,18g CK=4,74g SÓ=2,05g TZS=6,59g		EN=170,25kcal FH=4,09g ZS=1,16g SZH=34,57g CK=1,63g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=562,03kcal FH=31,69g ZS=15,62g SZH=67,74g CK=0,48g SÓ=1,30g TZS=0,68g

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=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2024.04.15.	Erdei gyümölcs tea; Pulyka pizzasonka (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Csirkemájkrém 50g; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*;	Gombakrémleves (1, 2, 3, 5)*; Sertésrizottó (5)*; Alma befőtt;	Gombakrémleves (1, 2, 3, 5)*; Zöldborsós aprópecsenye (1, 5)*; Törtburgonya (5)*; Alma;	Bebo Mini Margarin; Rozsos párna (1, 12)*; Paradicsom;	Citromos tea; Pizza (1, 2)*;
	EN=315,95kcal FH=8,93g ZS=4,00g SZH=60,70g CK=11,30g SÓ=1,49g TZS=1,03g	EN=256,50kcal FH=9,95g ZS=11,55g SZH=26,20g CK=0,35g SÓ=1,25g TZS=3,05g	EN=858,70kcal FH=30,96g ZS=41,40g SZH=163,89g CK=15,62g SÓ=1,54g TZS=2,13g	EN=844,49kcal FH=30,41g ZS=38,20g SZH=85,15g CK=3,78g SÓ=1,28g TZS=1,96g	EN=214,98kcal FH=5,53g ZS=6,36g SZH=32,86g CK=0,45g SÓ=0,62g TZS=1,20g	EN=751,76kcal FH=29,39g ZS=28,51g SZH=87,26g CK=16,94g SÓ=2,81g TZS=5,75g
KEDD 2024.04.16.	Főzött kakaó (2, 4)*; Vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Méz; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*; Alma;	Tárkonyos csirkeragu leves (1, 3, 5)*; Sajtos korong (1, 2, 3, 4, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Vegyes saláta;	Tárkonyos csirkeragu leves (1, 3, 5)*; Paprikásburgonya virslivel (1, 3, 5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Finomfőzelék (1, 2)*;
	EN=463,24kcal FH=17,95g ZS=9,92g SZH=75,44g CK=25,10g SÓ=1,62g TZS=2,87g	EN=227,90kcal FH=4,86g ZS=0,60g SZH=50,03g CK=16,77g SÓ=0,60g TZS=0,30g	EN=833,03kcal FH=41,30g ZS=26,13g SZH=101,20g CK=15,82g SÓ=3,10g TZS=6,50g	EN=868,00kcal FH=43,26g ZS=33,36g SZH=98,27g CK=8,61g SÓ=3,54g TZS=8,57g	EN=267,90kcal FH=9,06g ZS=9,30g SZH=36,03g CK=10,95g SÓ=0,54g TZS=5,63g	EN=482,79kcal FH=30,40g ZS=16,67g SZH=50,40g CK=15,85g SÓ=0,95g TZS=1,49g
SZERDA 2024.04.17.	Zöldtea-citrusos; Sajt (2)*; Liga Margarin; Hosszú zsemle (1)*; Retek;	Gesztyenyes párna (PP) (1, 2, 3, 6, 8)*; Alma;	Zöldségleves (1, 5)*; Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; Törtburgonya (5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Zöldségleves (1, 5)*; Erdélyi rakott káposzta (1, 2, 4, 6)*; Félbarna kenyér (1)*;	Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Kukorica prósza (1, 2, 3)*; Erdei gyümölcs öntet (1)*;
	EN=345,81kcal FH=15,25g ZS=12,13g SZH=41,59g CK=10,27g SÓ=1,55g TZS=7,16g	EN=280,00kcal FH=4,55g ZS=10,08g SZH=41,58g CK=0,00g SÓ=0,42g TZS=4,55g	EN=879,96kcal FH=31,90g ZS=33,39g SZH=116,21g CK=22,72g SÓ=1,99g TZS=1,36g	EN=843,99kcal FH=36,04g ZS=44,17g SZH=80,24g CK=3,88g SÓ=10,50g TZS=3,95g	EN=301,80kcal FH=10,44g ZS=10,02g SZH=42,36g CK=0,60g SÓ=1,65g TZS=1,59g	EN=703,46kcal FH=12,89g ZS=31,12g SZH=89,43g CK=40,16g SÓ=0,22g TZS=5,03g
CSÜTÖRTÖK 2024.04.18.	Tej (2)*; Petrezselymes tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Alma;	Filézett halászlé (5, 9)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Tészta 'Fodroskocka' (1)*; Félbarna kenyér (1)*;	Filézett halászlé (5, 9)*; Pozsonyi kocka (1, 2, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Kockasajt (2)*; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*;	Szárnyas rizottó (5)*; Alma befőtt;
	EN=514,61kcal FH=22,22g ZS=16,74g SZH=66,11g CK=15,42g SÓ=2,26g TZS=7,10g	EN=223,52kcal FH=4,89g ZS=3,59g SZH=41,26g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=862,48kcal FH=41,54g ZS=25,02g SZH=117,98g CK=27,96g SÓ=4,20g TZS=3,85g	EN=987,89kcal FH=31,50g ZS=26,66g SZH=155,42g CK=55,99g SÓ=4,18g TZS=5,40g	EN=217,50kcal FH=7,50g ZS=7,60g SZH=28,01g CK=0,35g SÓ=1,84g TZS=4,80g	EN=635,80kcal FH=40,44g ZS=19,30g SZH=149,78g CK=15,17g SÓ=0,92g TZS=1,23g
PÉNTEK 2024.04.19.	Citromos tea; Csemege szalám; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Bebo Mini Margarin; Kukoricás kenyér (1)*; Narancs;	Alföldileves csipetkével (1, 3, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Meggyemártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Alföldileves csipetkével (1, 3, 5)*; Rántott csirkeemell 'mirelit' (1, 2, 3)*; Párolt rizs (5)*; Alma befőtt;	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Sajtós croissant (1, 2, 3)*; Májkrém; Kifli (1, 2)*;
	EN=449,10kcal FH=13,30g ZS=16,38g SZH=61,96g CK=11,28g SÓ=2,42g TZS=6,18g	EN=316,60kcal FH=7,41g ZS=4,22g SZH=59,15g CK=0,18g SÓ=1,26g TZS=1,06g	EN=818,70kcal FH=38,20g ZS=20,36g SZH=106,95g CK=38,30g SÓ=1,75g TZS=1,39g	EN=760,18kcal FH=25,41g ZS=21,73g SZH=192,94g CK=18,16g SÓ=2,81g TZS=1,55g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g	EN=553,25kcal FH=14,29g ZS=33,54g SZH=46,88g CK=3,59g SÓ=2,54g TZS=14,94g

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=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevő k között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2024.04.20.	Citromos tea; Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Rizsleves (5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Spenót (1, 2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;		Joghurt (2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Pulykasült (5)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=461,60kcal FH=21,08g ZS=15,20g SZH=60,16g CK=11,28g SÓ=2,37g TZS=8,43g	EN=308,90kcal FH=8,64g ZS=3,70g SZH=59,91g CK=1,24g SÓ=1,37g TZS=0,93g	EN=783,24kcal FH=44,00g ZS=25,43g SZH=89,48g CK=17,44g SÓ=2,07g TZS=2,87g		EN=294,60kcal FH=12,93g ZS=6,30g SZH=46,59g CK=6,54g SÓ=1,41g TZS=3,96g	EN=566,79kcal FH=31,27g ZS=20,69g SZH=60,40g CK=12,97g SÓ=1,40g TZS=0,94g
VASÁRNAP 2024.04.21.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Méz; Félbarna kenyér (1)*;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Lecsós szelet (1, 5)*; Párolt rizs (5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;		Sajtos pogácsa (1, 2)*;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Almakompót;
	EN=409,60kcal FH=15,08g ZS=12,20g SZH=61,06g CK=11,53g SÓ=2,47g TZS=3,93g	EN=315,30kcal FH=8,09g ZS=0,90g SZH=70,64g CK=21,70g SÓ=1,28g TZS=0,09g	EN=773,25kcal FH=36,20g ZS=28,66g SZH=118,95g CK=4,18g SÓ=2,40g TZS=3,16g		EN=270,90kcal FH=6,65g ZS=9,94g SZH=37,59g CK=1,26g SÓ=1,89g TZS=4,97g	EN=581,56kcal FH=29,29g ZS=15,18g SZH=75,01g CK=28,42g SÓ=0,81g TZS=2,51g

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=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2024.04.22.	Csipkebogyó tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Kefír (2)*; Kifli (1, 2)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Csemege uborka (11)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Fasírt (1, 3, 5)*; Lencsefőzelék (1, 2, 5, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Méz; Liga Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Borsos tokány (1, 5)*; Párolt rizs (5)*; Fejeskáposzta-saláta;
	EN=448,30kcal FH=13,28g ZS=16,26g SZH=61,68g CK=11,28g SÓ=2,42g TZS=6,18g	EN=216,85kcal FH=8,33g ZS=6,41g SZH=30,47g CK=7,33g SÓ=0,62g TZS=4,05g	EN=860,22kcal FH=33,71g ZS=35,88g SZH=96,07g CK=7,23g SÓ=3,15g TZS=1,45g	EN=871,85kcal FH=40,84g ZS=33,90g SZH=95,99g CK=9,02g SÓ=2,03g TZS=1,82g	EN=301,80kcal FH=7,97g ZS=3,70g SZH=61,26g CK=21,13g SÓ=1,40g TZS=1,20g	EN=726,41kcal FH=26,19g ZS=38,75g SZH=94,19g CK=5,79g SÓ=1,07g TZS=1,57g
KEDD 2024.04.23.	Tej (2)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	Teljes kiörlésű gabonás keksz (1, 5)*; Alma;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Debreceni aprópecsenye (1, 2, 4)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*; Vegyes saláta;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Csirkeragu (1, 5)*; Forgotott burgonya; Vegyes saláta;	Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Székelykáposzta (1, 2, 6)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=448,80kcal FH=16,30g ZS=11,51g SZH=68,63g CK=23,22g SÓ=1,06g TZS=6,46g	EN=227,80kcal FH=3,88g ZS=6,40g SZH=37,80g CK=9,20g SÓ=0,18g TZS=3,12g	EN=970,07kcal FH=31,44g ZS=36,44g SZH=115,88g CK=37,75g SÓ=1,61g TZS=3,38g	EN=821,95kcal FH=37,24g ZS=20,14g SZH=114,23g CK=35,73g SÓ=1,32g TZS=1,59g	EN=421,00kcal FH=21,08g ZS=15,20g SZH=50,11g CK=1,24g SÓ=2,37g TZS=8,43g	EN=700,75kcal FH=29,04g ZS=33,61g SZH=74,56g CK=0,74g SÓ=6,83g TZS=1,04g
SZERDA 2024.04.24. Húsmentes nap	Csipkebogyó tea; Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Túró Rudi (2, 4, 6, 8)*; Fonottka (1, 2)*;	Hamis gulyásleves (1, 3, 5)*; Mákos guba (1, 2, 3, 4, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Hamis gulyásleves (1, 3, 5)*; Káposztás kocka (1)*; Porcukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Bebo Mini Margarin; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Alma;	Főtt tojás (3)*; Sósкамártás (1, 2)*; Törtburgonya (5)*;
	EN=366,10kcal FH=11,31g ZS=6,64g SZH=64,81g CK=11,21g SÓ=1,96g TZS=3,77g	EN=248,90kcal FH=6,15g ZS=6,39g SZH=40,57g CK=12,46g SÓ=0,53g TZS=4,99g	EN=926,59kcal FH=24,09g ZS=25,11g SZH=145,44g CK=18,24g SÓ=1,37g TZS=1,73g	EN=786,59kcal FH=20,80g ZS=13,16g SZH=144,07g CK=29,84g SÓ=1,41g TZS=1,55g	EN=276,50kcal FH=8,39g ZS=4,40g SZH=50,39g CK=0,54g SÓ=1,26g TZS=1,06g	EN=663,18kcal FH=24,85g ZS=23,03g SZH=73,82g CK=24,88g SÓ=1,65g TZS=4,65g
CSÜTÖRTÖK 2024.04.25.	Vaníliás tej (1, 2)*; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Retek;	Briós (1, 2, 3)*; Alma;	Tárkonyos májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Szárazbabfőzelék (1, 2)*;	Tárkonyos májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Almás-sajtos csirkecombfilé (1, 2)*; Párolt rizs (5)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*;	Csirkés rakottas Kertészné módra (1, 2, 4, 5)*;
	EN=461,59kcal FH=20,61g ZS=15,83g SZH=57,78g CK=26,78g SÓ=2,05g TZS=6,86g	EN=317,80kcal FH=6,09g ZS=5,25g SZH=59,92g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=936,64kcal FH=53,15g ZS=40,32g SZH=84,39g CK=4,89g SÓ=1,66g TZS=1,30g	EN=1 083,02kcal FH=52,87g ZS=49,55g SZH=132,46g CK=19,22g SÓ=2,32g TZS=18,05g	EN=249,50kcal FH=8,42g ZS=4,60g SZH=41,25g CK=16,60g SÓ=0,83g TZS=3,05g	EN=676,61kcal FH=47,96g ZS=24,38g SZH=59,54g CK=10,55g SÓ=1,52g TZS=9,17g
PÉNTEK 2024.04.26.	Zöldtea-citrusos; Házi körözött (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Müzlis szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; Banán;	Frankfurtiléves (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Mézes-mustáros csirke csíkok (1, 5, 11)*; Kuskusz (1, 5)*;	Frankfurtiléves (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Rizsfelfújt (1, 2, 3, 4, 5, 11, 13)*; Erdei gyümölcs öntet (1)*;	Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Kockasajt (2)*; Zsemle (1)*; Alma;
	EN=358,66kcal FH=15,51g ZS=4,62g SZH=62,71g CK=11,26g SÓ=1,40g TZS=0,10g	EN=236,10kcal FH=2,89g ZS=1,44g SZH=51,50g CK=7,00g SÓ=0,02g TZS=0,60g	EN=1 002,14kcal FH=45,12g ZS=34,70g SZH=114,90g CK=12,48g SÓ=2,27g TZS=3,20g	EN=791,65kcal FH=19,57g ZS=25,79g SZH=133,77g CK=41,00g SÓ=1,85g TZS=6,19g	EN=301,80kcal FH=10,44g ZS=10,02g SZH=42,36g CK=0,60g SÓ=1,65g TZS=1,59g	EN=626,45kcal FH=16,80g ZS=25,13g SZH=80,33g CK=3,60g SÓ=3,40g TZS=14,42g

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=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevő k között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2024.04.27.	Citromos tea; Virsli (1, 2, 3, 4)*; Mustár (11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Kertészleves (1, 3, 5)*; Pulyka pörkölt (1)*; Burgonyafőzelék (1, 2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;		Joghurt (2)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Párolt sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Almakompót;
	EN=457,90kcal FH=15,95g ZS=15,55g SZH=63,11g CK=11,45g SÓ=2,64g TZS=4,45g	EN=331,90kcal FH=9,43g ZS=5,30g SZH=61,14g CK=1,22g SÓ=1,34g TZS=0,09g	EN=707,45kcal FH=35,46g ZS=23,25g SZH=82,23g CK=2,97g SÓ=1,99g TZS=1,41g		EN=294,60kcal FH=12,93g ZS=6,30g SZH=46,59g CK=6,54g SÓ=1,41g TZS=3,96g	EN=595,16kcal FH=29,68g ZS=15,22g SZH=77,81g CK=28,48g SÓ=0,81g TZS=2,51g
VASÁRNAP 2024.04.28.	Citromos tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiőrlésű kenyér (1)*;	Almaleves (1, 2)*; Zöldborsós csirkecomb (1, 5)*; Párolt rizs (5)*;		Alma dobozos üdítő 100%; Fonottka (1, 2)*;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sárgarépa-főzelék (1, 2)*; Alma;
	EN=316,20kcal FH=10,43g ZS=6,58g SZH=53,84g CK=10,58g SÓ=1,96g TZS=4,04g	EN=325,80kcal FH=13,90g ZS=11,70g SZH=41,41g CK=0,86g SÓ=2,37g TZS=4,20g	EN=753,15kcal FH=34,02g ZS=21,95g SZH=123,05g CK=31,09g SÓ=0,85g TZS=1,45g		EN=235,50kcal FH=4,05g ZS=1,35g SZH=37,90g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g	EN=518,88kcal FH=30,61g ZS=14,50g SZH=61,71g CK=21,30g SÓ=1,01g TZS=1,41g

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=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=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2024.04.29.	Citromos tea; Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Négy magvas zsemle (1, 12)*;	Kenőmájas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*; Kigýouborka;	Lebbencsleves (1, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Spenót (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Lebbencsleves (1, 5)*; Csirkemell párizsiasan (1, 3)*; Rizibizi (5)*; Csemege uborka (11)*;	Gyümölcsös joghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Bogdányi rakottas (1, 2, 4, 5)*;
	EN=362,28kcal FH=17,36g ZS=15,52g SZH=37,41g CK=10,27g SÓ=1,70g Tzs=8,71g	EN=342,80kcal FH=13,43g ZS=12,96g SZH=43,06g CK=1,19g SÓ=2,36g Tzs=5,26g	EN=965,83kcal FH=39,19g ZS=41,47g SZH=102,40g CK=11,68g SÓ=2,43g Tzs=3,72g	EN=873,88kcal FH=40,78g ZS=36,80g SZH=116,66g CK=7,19g SÓ=3,08g Tzs=4,48g	EN=299,90kcal FH=8,08g ZS=7,91g SZH=47,53g CK=21,20g SÓ=0,61g Tzs=4,79g	EN=586,18kcal FH=28,99g ZS=19,56g SZH=66,87g CK=0,98g SÓ=0,85g Tzs=3,30g
KEDD 2024.04.30.	Karamellás tej (2)*; Sajtós rúd (1, 2, 3)*;	Teljes kiörlésű gabonás keksz (1, 5)*; Alma;	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Bükki aprópecsenye (1, 2, 4, 5)*; Petrezselymes rizs (5)*;	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Dubarry szelet (1, 2, 4, 5)*; Bulgur (1, 5)*;	Bebo Mini Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Sárgarépa;	Citromos tea; Baconos péklángos (1, 2, 13)*;
	EN=502,50kcal FH=15,39g ZS=24,38g SZH=54,59g CK=28,06g SÓ=1,77g Tzs=12,64g	EN=227,80kcal FH=3,88g ZS=6,40g SZH=37,80g CK=9,20g SÓ=0,18g Tzs=3,12g	EN=922,99kcal FH=42,06g ZS=49,45g SZH=103,77g CK=2,62g SÓ=1,50g Tzs=3,10g	EN=970,73kcal FH=55,45g ZS=37,38g SZH=91,28g CK=6,21g SÓ=1,77g Tzs=5,09g	EN=295,80kcal FH=8,73g ZS=4,52g SZH=54,90g CK=4,17g SÓ=1,26g Tzs=0,79g	EN=359,60kcal FH=11,30g ZS=13,50g SZH=46,35g CK=10,94g SÓ=1,40g Tzs=5,70g
SZERDA 2024.05.01.						
CSÜTÖRTÖK 2024.05.02.	Tejeskávé (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Tejszínes sertésragu (1, 2, 5)*; Kuskusz (1, 5)*; Alma;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Szezámós rántott halfilé (1, 3, 9, 12)*; Kukoricás rizs (5)*; Majonéz (3, 11)*; Alma;	Sajtós pogácsa (1, 2)*;	Csírke pörkölt (1, 2, 5)*; Szarvacska tészta (1)*; Vegyes vágott (6, 15)*;
	EN=315,17kcal FH=12,81g ZS=5,47g SZH=52,61g CK=25,54g SÓ=0,77g Tzs=3,14g	EN=302,40kcal FH=10,50g ZS=10,05g SZH=42,48g CK=0,60g SÓ=1,66g Tzs=1,59g	EN=1 004,76kcal FH=34,50g ZS=39,72g SZH=114,36g CK=6,97g SÓ=2,11g Tzs=3,28g	EN=830,76kcal FH=30,28g ZS=26,69g SZH=134,71g CK=4,60g SÓ=3,79g Tzs=3,12g	EN=270,90kcal FH=6,65g ZS=9,94g SZH=37,59g CK=1,26g SÓ=1,89g Tzs=4,97g	EN=714,25kcal FH=36,47g ZS=19,56g SZH=94,34g CK=7,08g SÓ=2,88g Tzs=1,72g
PÉNTEK 2024.05.03.	Citromos tea; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Halas Bolognai szósz (1, 9)*; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Bükki aprópecsenye (1, 2, 4, 5)*; Törtburgonya (5)*;	Vajkrém (2)*; Teljes kiörlésű egyenes kifli (1)*; Zöldpaprika;	Túrós bukta (1, 2, 3)*; Csirkemájkrém 50g; Kifli (1, 2)*; Alma;
	EN=416,50kcal FH=12,65g ZS=12,18g SZH=61,06g CK=11,36g SÓ=1,78g Tzs=4,10g	EN=269,15kcal FH=11,31g ZS=11,83g SZH=29,64g CK=0,48g SÓ=1,85g Tzs=4,16g	EN=919,29kcal FH=43,55g ZS=30,71g SZH=114,67g CK=11,69g SÓ=3,39g Tzs=5,08g	EN=871,99kcal FH=28,63g ZS=43,43g SZH=82,71g CK=3,84g SÓ=1,58g Tzs=2,12g	EN=184,70kcal FH=5,88g ZS=5,18g SZH=26,85g CK=0,40g SÓ=0,68g Tzs=0,30g	EN=526,25kcal FH=18,84g ZS=17,36g SZH=71,32g CK=13,53g SÓ=1,46g Tzs=3,42g

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=SÓ; Tzs=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevő k között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
SZOMBAT 2024.05.04.	Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Félbarna kenyér (1)*; Liga Margarin; Alma;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;		Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Tejbedara (1, 2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*;
	EN=405,10kcal FH=14,08g ZS=11,70g SZH=60,91g CK=11,53g SÓ=2,37g TZS=3,93g	EN=308,90kcal FH=8,64g ZS=3,70g SZH=59,91g CK=1,24g SÓ=1,37g TZS=0,93g	EN=903,90kcal FH=32,71g ZS=45,14g SZH=85,49g CK=15,83g SÓ=2,22g TZS=2,83g		EN=314,30kcal FH=10,61g ZS=6,58g SZH=53,24g CK=1,17g SÓ=1,96g TZS=3,77g	EN=384,84kcal FH=13,42g ZS=5,81g SZH=68,69g CK=44,76g SÓ=0,46g TZS=3,31g
VASÁRNAP 2024.05.05.	Citromos tea; Virsli (1, 2, 3, 4)*; Félbarna kenyér (1)*; Mustár (11)*;	Kockasajt (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Gombaleves (1, 2, 3, 5)*; Zöldborsós sertés szelet (1, 5)*; Törtburgonya (5)*; Teljes kiörlésű kenyér (1)*;		Kifli (1, 2)*; Teavaj (2)*; Alma;	Pulykasült (5)*; Almamártás (1, 2)*; Főtt burgonya 1/2;
	EN=457,90kcal FH=15,95g ZS=15,55g SZH=63,11g CK=11,45g SÓ=2,64g TZS=4,45g	EN=333,30kcal FH=11,21g ZS=7,90g SZH=54,30g CK=1,17g SÓ=2,50g TZS=4,59g	EN=789,67kcal FH=38,40g ZS=25,77g SZH=92,92g CK=3,72g SÓ=1,86g TZS=1,85g		EN=271,47kcal FH=4,14g ZS=12,64g SZH=34,61g CK=1,63g SÓ=0,48g TZS=8,58g	EN=542,58kcal FH=27,67g ZS=12,57g SZH=73,79g CK=33,80g SÓ=0,71g TZS=0,40g

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=SÓ; TZS=Telített zsír; (*) Allergének: 1=Glutén; 2=Tej; 3=Tojás; 4=Szója; 5=Zeller; 6=Diófélék, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek
Ételeink az összetevők között jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket is. További allergén információkkal kapcsolatban érdeklődjön a honlapunkon feltüntetett munkatársainknál.

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"