

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTF 2024.04.29.	Citromos tea; Lapkasajt (2)*; Liga Margarin; Négy magvas zsemle (1, 12)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;	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)*; Sajtos rúd (1, 2, 3)*;	Teljes kiörlés 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 kiörlés 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;	Sajtos pogácsa (1, 2)*;	Csirke 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 szórát (2)*;	Zellerkrémleves (1, 2, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Bükki aprópecsenye (1, 2, 4, 5)*; Törtburgonya (5)*;	Vajkrém (2)*; Teljes kiörlés 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=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 2024.05.04.	Citromos tea; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*;	Félbarna kenyér (1)*; Liga Margarin; Alma;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Tökf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés 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 kiörlés kenyér (1)*;		Kifli (1, 2)*; Teavaj (2)*; Alma;	Pulykasült (5)*; Almamártás (1, 2)*; F tt 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=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 2024.05.06.	Csipkebogyó tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Retek;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Tárkonyos pulykaraguleves (1, 2, 3, 5)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Alma;	Tárkonyos pulykaraguleves (1, 2, 3, 5)*; Natúr baromfi érme (1, 2, 3, 4, 11)*; Zöldbabf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárika (1, 2, 3)*;	Gyrosos csirkemell csíkok (1)*; Petrezselymes burgonya (5)*;
	EN=456,10kcal FH=13,68g ZS=16,20g SZH=62,66g CK=11,28g SÓ=2,42g TZS=6,18g	EN=275,60kcal FH=10,43g ZS=6,58g SZH=43,79g CK=0,54g SÓ=1,96g TZS=4,04g	EN=882,69kcal FH=32,78g ZS=36,09g SZH=103,22g CK=24,02g SÓ=0,85g TZS=1,47g	EN=780,98kcal FH=40,90g ZS=27,33g SZH=87,60g CK=13,55g SÓ=3,17g TZS=4,71g	EN=299,90kcal FH=8,08g ZS=7,91g SZH=47,53g CK=21,20g SÓ=0,61g TZS=4,79g	EN=521,02kcal FH=28,95g ZS=15,83g SZH=58,56g CK=0,40g SÓ=1,05g TZS=1,06g
KEDD 2024.05.07.	Erdei gyümölcs tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Ken májas (1, 2, 4)*; Kifli (1, 2)*; Zöldhagyma;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1, 5)*; F tt burgonya;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Húsos rakott tészta (1, 2)*;	Kockasajt (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Citromos tea; Hot-Dog (1, 2, 3, 4, 11)*; Mustár (11)*;
	EN=427,40kcal FH=15,78g ZS=12,32g SZH=63,96g CK=11,53g SÓ=2,47g TZS=3,93g	EN=286,05kcal FH=9,07g ZS=13,34g SZH=31,32g CK=2,28g SÓ=1,57g TZS=5,50g	EN=887,61kcal FH=32,42g ZS=31,81g SZH=118,52g CK=22,39g SÓ=1,37g TZS=1,18g	EN=800,93kcal FH=34,54g ZS=30,47g SZH=94,81g CK=6,74g SÓ=2,61g TZS=5,55g	EN=219,50kcal FH=7,50g ZS=7,60g SZH=28,51g CK=0,35g SÓ=1,84g TZS=4,85g	EN=536,52kcal FH=18,12g ZS=18,95g SZH=70,62g CK=10,64g SÓ=3,05g TZS=5,75g
SZERDA 2024.05.08. Húsmentes nap	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Alma;	Lencseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Tejberizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Lencseleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Amerikai palacsinta (1, 2, 3)*; Vanília öntet (1, 2)*;	Lapkasajt (2)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Pritaminos sajtelfűjt (1, 2, 3)*; Zöldborsóf zelék (1, 2)*;
	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=798,19kcal FH=32,48g ZS=9,69g SZH=163,85g CK=47,23g SÓ=1,65g TZS=3,09g	EN=823,55kcal FH=29,85g ZS=14,96g SZH=137,85g CK=43,45g SÓ=2,29g TZS=2,98g	EN=282,00kcal FH=17,30g ZS=12,10g SZH=24,25g CK=0,35g SÓ=1,60g TZS=7,85g	EN=611,34kcal FH=34,30g ZS=19,36g SZH=70,65g CK=26,97g SÓ=1,61g TZS=10,60g
CSÜTÖRTÖK 2024.05.09.	Citromos tea; Tejfölös-túró (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Briós (1, 2, 3)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Rántott csirkemell 'mirelit' (1, 2, 3)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Vegyes saláta;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Fokhagymás aprópecsenye (1, 5)*; Forgatott burgonya; Csemege uborka (11)*;	Joghurt (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Sajt szórat (2)*; Metélt tészta (1)*; Tejföl (2)*;
	EN=365,10kcal FH=16,07g ZS=4,78g SZH=63,79g CK=11,21g SÓ=1,35g TZS=0,09g	EN=274,40kcal FH=5,53g ZS=5,25g SZH=50,12g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=821,04kcal FH=27,24g ZS=17,39g SZH=131,20g CK=40,51g SÓ=2,48g TZS=1,41g	EN=869,53kcal FH=28,54g ZS=36,87g SZH=96,90g CK=26,41g SÓ=2,63g TZS=1,72g	EN=217,50kcal FH=9,40g ZS=6,00g SZH=29,75g CK=6,35g SÓ=0,75g TZS=3,90g	EN=516,43kcal FH=19,50g ZS=17,90g SZH=68,79g CK=3,60g SÓ=0,78g TZS=5,47g
PÉNTEK 2024.05.10.	F zött kakaó (2, 4)*; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Zsemle (1)*;	Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Alföldileves csipetkével (1, 3, 5)*; Sült debreceni kolbász (1, 4, 11)*; Kelkáposzta f zelék (1, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;	Alföldileves csipetkével (1, 3, 5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Kuszkus (1, 5)*;	Alma dobozos üdít 100%; Fonottka (1, 2)*;	Májkrém; Kifli (1, 2)*; Pizzás csiga (1, 2, 4)*;
	EN=450,79kcal FH=17,96g ZS=16,43g SZH=53,74g CK=24,19g SÓ=1,44g TZS=7,11g	EN=364,85kcal FH=13,00g ZS=15,57g SZH=43,18g CK=0,73g SÓ=2,37g TZS=5,95g	EN=728,22kcal FH=23,84g ZS=31,71g SZH=83,36g CK=2,26g SÓ=2,89g TZS=8,53g	EN=909,86kcal FH=32,40g ZS=36,81g SZH=105,11g CK=9,01g SÓ=1,58g TZS=2,02g	EN=235,50kcal FH=4,05g ZS=1,35g SZH=37,90g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g	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:

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
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
SZOMBAT 2024.05.11.	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)*; Zöldbabf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;		Dzsem (13)*; Kifli (1, 2)*;	Pulykasült (5)*; Sárgarépa zelék (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 2024.05.12.	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)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés 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=Rákkfélék; 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 2024.05.13.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Sonkakrém (2)*; Zsemle (1)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Bakonyi szárnyasragu leves (1, 2, 3, 5)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*; Alma;	Bakonyi szárnyasragu leves (1, 2, 3, 5)*; Natúr sertés szelet (1, 5)*; Almamártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Lapkasajt (2)*; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Eszterházy tokány (1, 2, 11)*; Párolt rizs (5)*;
	EN=271,40kcal FH=8,78g ZS=6,87g SZH=42,14g CK=10,41g SÓ=1,58g TZS=0,65g	EN=325,80kcal FH=13,90g ZS=11,70g SZH=41,41g CK=0,86g SÓ=2,37g TZS=4,20g	EN=940,47kcal FH=33,76g ZS=18,57g SZH=157,34g CK=43,83g SÓ=0,82g TZS=1,76g	EN=862,77kcal FH=48,61g ZS=22,55g SZH=111,08g CK=36,00g SÓ=1,61g TZS=1,22g	EN=309,75kcal FH=17,84g ZS=12,15g SZH=31,07g CK=0,16g SÓ=1,64g TZS=7,82g	EN=641,15kcal FH=21,74g ZS=35,04g SZH=86,38g CK=2,26g SÓ=0,85g TZS=1,58g
KEDD 2024.05.14.	Tej (2)*; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Teljes kiörlés gabonás keksz (1, 5)*; Alma;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Halrudacskák panírozott (1, 3, 4, 5, 10, 11)*; Rizibizi (5)*; Majonéz (3, 11)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Körte;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Sertéspörkölt (1)*; Romanobabf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=435,99kcal FH=18,73g ZS=10,23g SZH=67,35g CK=15,32g SÓ=1,73g TZS=3,09g	EN=227,80kcal FH=3,88g ZS=6,40g SZH=37,80g CK=9,20g SÓ=0,18g TZS=3,12g	EN=875,69kcal FH=35,84g ZS=36,56g SZH=124,28g CK=6,32g SÓ=2,88g TZS=3,69g	EN=967,11kcal FH=31,76g ZS=31,06g SZH=136,40g CK=24,14g SÓ=1,00g TZS=3,48g	EN=267,90kcal FH=9,06g ZS=9,30g SZH=36,03g CK=10,95g SÓ=0,54g TZS=5,63g	EN=669,62kcal FH=29,23g ZS=33,22g SZH=64,13g CK=5,64g SÓ=1,37g TZS=0,82g
SZERDA 2024.05.15.	Meggyes gyümölcs Tea; Ken májas (1, 2, 4)*; Zsemle (1)*; Lilahagyma;	Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Csemege uborka (11)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Spenótos panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Törtburgonya (5)*; Vegyes saláta;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Fonotkka (1, 2)*;	Lecsós csirkecombfilé (1, 5)*; Bulgur (1, 5)*;
	EN=342,85kcal FH=10,00g ZS=12,59g SZH=46,28g CK=13,39g SÓ=1,74g TZS=5,24g	EN=275,60kcal FH=10,43g ZS=6,58g SZH=43,79g CK=0,54g SÓ=1,96g TZS=4,04g	EN=867,90kcal FH=35,69g ZS=35,69g SZH=96,15g CK=10,03g SÓ=3,10g TZS=1,44g	EN=785,64kcal FH=25,86g ZS=24,39g SZH=108,95g CK=17,30g SÓ=2,22g TZS=1,39g	EN=220,40kcal FH=4,35g ZS=5,85g SZH=36,70g CK=1,90g SÓ=0,50g TZS=0,70g	EN=581,20kcal FH=27,23g ZS=18,15g SZH=66,33g CK=3,32g SÓ=1,20g TZS=1,72g
CSÜTÖRTÖK 2024.05.16.	Tejeskávé (1, 2)*; Vajkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Retek;	Csemege szalámi; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Tavaszi rizottó (5)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Kefir (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Kukorica prósza (1, 2, 3)*; Erdei gyümölcs öntet (1)*;
	EN=491,82kcal FH=19,15g ZS=9,61g SZH=81,18g CK=25,13g SÓ=1,64g TZS=2,63g	EN=296,65kcal FH=8,81g ZS=15,83g SZH=28,74g CK=0,23g SÓ=1,80g TZS=6,41g	EN=1 009,04kcal FH=31,25g ZS=41,36g SZH=116,51g CK=24,71g SÓ=4,43g TZS=9,46g	EN=854,80kcal FH=29,31g ZS=35,68g SZH=124,88g CK=26,49g SÓ=3,87g TZS=1,82g	EN=214,50kcal FH=9,10g ZS=5,85g SZH=29,45g CK=6,05g SÓ=0,75g TZS=3,75g	EN=703,46kcal FH=12,89g ZS=31,12g SZH=89,43g CK=40,16g SÓ=0,22g TZS=5,03g
PÉNTEK 2024.05.17.	Citromos tea; Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Barackos háromszög (1, 2)*;	Csontleves (1, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Tökf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Csontleves (1, 3, 5)*; Paprikásburgonya virslivel (1, 3, 5)*; Csemege uborka (11)*;	Kockasajt (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Alma; Zsemle (1)*; Zöldf szeres halpástétom (9)*; Sajtos szál (1, 2)*;
	EN=323,55kcal FH=11,91g ZS=11,95g SZH=42,09g CK=10,52g SÓ=1,85g TZS=4,16g	EN=282,80kcal FH=3,85g ZS=10,15g SZH=43,26g CK=16,66g SÓ=0,35g TZS=4,62g	EN=860,31kcal FH=31,24g ZS=40,71g SZH=86,74g CK=14,85g SÓ=2,02g TZS=1,57g	EN=706,28kcal FH=24,93g ZS=28,66g SZH=87,17g CK=4,55g SÓ=4,75g TZS=8,47g	EN=294,60kcal FH=11,03g ZS=7,90g SZH=44,85g CK=0,54g SÓ=2,50g TZS=4,86g	EN=604,65kcal FH=13,01g ZS=30,37g SZH=67,33g CK=1,41g SÓ=2,36g TZS=1,98g

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 2024.05.18.	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 kiörlés kenyér (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;		Joghurt (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Pulykasült (5)*; Tökf zelék (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 2024.05.19.	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 kiörlés 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=Rákkfélék; 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 2024.05.20.						
KEDD 2024.05.21.	F zött kakaó (2, 4)*; Vajkrém (2)*; Zsemle (1)*;	Méz; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*; Alma;	Csirkeraguleves (1, 3, 5)*; Túrós tészta (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*;	Csirkeraguleves (1, 3, 5)*; Rizsfelfújt (1, 2, 3, 4, 5, 11, 13)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*;	Bolognais batyu (1, 2, 3)*;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Finomf zelék (1, 2)*;
	EN=363,39kcal FH=14,18g ZS=9,55g SZH=54,07g CK=24,09g SÓ=1,00g TZS=3,10g	EN=227,90kcal FH=4,86g ZS=0,60g SZH=50,03g CK=16,77g SÓ=0,60g TZS=0,30g	EN=911,10kcal FH=49,31g ZS=25,14g SZH=119,30g CK=27,71g SÓ=0,85g TZS=1,61g	EN=919,54kcal FH=37,86g ZS=19,36g SZH=168,84g CK=76,17g SÓ=1,17g TZS=5,25g	EN=259,00kcal FH=5,81g ZS=15,82g SZH=22,40g CK=0,00g SÓ=1,12g TZS=7,84g	EN=482,79kcal FH=30,40g ZS=16,67g SZH=50,40g CK=15,85g SÓ=0,95g TZS=1,49g
SZERDA 2024.05.22. Húsmentes nap	Tej (2)*; Petrezselymes tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Félbarna kenyér (1)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Rántott sajt 'mirelit' (1, 2, 3)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Csemege uborka (11)*;	Sárgaborsókrém-leves (1, 3, 5)*; Francia rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 6)*; Csemege uborka (11)*;	Túrós bukta (1, 2, 3)*; Alma;	Gomba pörkölt (1, 2, 5)*; Galuska (1, 3)*;
	EN=507,41kcal FH=21,62g ZS=16,68g SZH=65,09g CK=15,42g SÓ=2,26g TZS=7,10g	EN=302,40kcal FH=10,50g ZS=10,05g SZH=42,48g CK=0,60g SÓ=1,65g TZS=1,59g	EN=984,71kcal FH=38,48g ZS=31,93g SZH=130,08g CK=4,56g SÓ=4,03g TZS=1,03g	EN=841,21kcal FH=31,70g ZS=25,37g SZH=110,45g CK=5,23g SÓ=3,02g TZS=7,55g	EN=267,40kcal FH=9,66g ZS=5,25g SZH=44,10g CK=11,90g SÓ=0,34g TZS=0,07g	EN=586,80kcal FH=40,17g ZS=16,13g SZH=126,02g CK=1,07g SÓ=0,98g TZS=1,52g
CSÜTÖRTÖK 2024.05.23.	Citromos tea; Pulyka pizzasonka (4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*;	Alma dobozos üdít 100%; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Buzsáki leves (2, 5, 11)*; Mákos guba (1, 2, 3, 4, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*; Alma;	Buzsáki leves (2, 5, 11)*; Fasírt (1, 3, 5)*; Tejfölös burgonyaf zelék (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*; Alma;	Kockasajt (2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Szárnyas rizottó (5)*; szibarack bef tt;
	EN=212,10kcal FH=5,06g ZS=3,63g SZH=38,84g CK=10,29g SÓ=0,87g TZS=1,26g	EN=268,12kcal FH=4,33g ZS=3,59g SZH=40,46g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g	EN=999,03kcal FH=31,37g ZS=41,99g SZH=117,44g CK=17,32g SÓ=1,10g TZS=1,64g	EN=1 033,83kcal FH=40,10g ZS=49,97g SZH=96,15g CK=3,30g SÓ=2,26g TZS=1,63g	EN=217,50kcal FH=7,50g ZS=7,60g SZH=28,01g CK=0,35g SÓ=1,84g TZS=4,80g	EN=607,90kcal FH=40,85g ZS=19,33g SZH=92,67g CK=15,21g SÓ=0,94g TZS=1,24g
PÉNTEK 2024.05.24.	Karamellás tej (2)*; Napraforgómagos vajkrém (2, 6, 8, 12, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Kefír (2)*; Fonotkka (1, 2)*;	Nyírségi gombócleves (1, 2, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Meggy mártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Nyírségi gombócleves (1, 2, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*;	Csemege szalámi; Bebo Mini Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Májkrém; Sajtós croissant (1, 2, 3)*; Kifli (1, 2)*; Alma;
	EN=475,99kcal FH=18,31g ZS=10,05g SZH=78,25g CK=28,02g SÓ=1,64g TZS=2,79g	EN=237,50kcal FH=8,85g ZS=6,60g SZH=34,60g CK=7,60g SÓ=0,65g TZS=4,15g	EN=816,58kcal FH=39,24g ZS=21,56g SZH=101,07g CK=40,35g SÓ=1,91g TZS=1,39g	EN=739,97kcal FH=34,29g ZS=21,36g SZH=88,06g CK=12,21g SÓ=1,81g TZS=1,89g	EN=371,30kcal FH=12,93g ZS=16,96g SZH=41,61g CK=0,54g SÓ=2,31g TZS=6,31g	EN=596,65kcal FH=14,85g ZS=33,54g SZH=56,68g 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:

Középiscola

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 2024.05.25.	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)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;		Joghurt (2)*; Teljes kiörlés 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 2024.05.26.	Citromos tea; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Almaleves (1, 2)*; Zöldborsós csirkecomb (1, 5)*; Párolt rizs (5)*;		Alma dobozos üdít 100%; Fonottka (1, 2)*;	Sertés sült (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sárgarépa zelék (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:

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=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 2024.05.27.	Zöldtea-citrusos; Sajt (2)*; Liga Margarin; Hosszú zsemle (1)*; Sárgarépa;	Csirkemájkrém 50g; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Gombakrémleves (1, 2, 3, 5)*; Sertésrizottó (5)*; Sajt szórat (2)*;	Gombakrémleves (1, 2, 3, 5)*; Almás-sajtos csirkecombfilé (1, 2)*; Burgonyapüré (2, 4)*;	Bebo Mini Margarin; Rozsos párna (1, 12)*; Paradicsom;	Citromos tea; Pizza (1, 2)*;
	EN=354,81kcal FH=14,97g ZS=12,25g SZH=44,45g CK=13,27g SÓ=1,55g TZS=7,16g	EN=256,50kcal FH=9,95g ZS=11,55g SZH=26,20g CK=0,35g SÓ=1,25g TZS=3,05g	EN=844,60kcal FH=35,96g ZS=45,80g SZH=94,29g CK=3,74g SÓ=1,94g TZS=5,13g	EN=955,64kcal FH=43,03g ZS=41,14g SZH=96,49g CK=20,57g SÓ=2,01g TZS=19,40g	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 2024.05.28.	F zött kakaó (2, 4)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Zsemle (1)*; Retek;	Filézett halaszlé (5, 9)*; Túróféljút (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Porcukor (1, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Filézett halaszlé (5, 9)*; Rakott metélt dióval (1, 2, 5, 6, 11, 13)*; Félbarna kenyér (1)*;	Teljes kiörlés gabonás keksz (1, 5)*; Alma;	Mexikói ragu (1, 5)*; Törtburgonya (5)*;
	EN=491,54kcal FH=16,38g ZS=11,63g SZH=78,63g CK=33,00g SÓ=0,95g TZS=6,24g	EN=279,65kcal FH=11,31g ZS=11,33g SZH=31,49g CK=0,48g SÓ=1,75g TZS=4,16g	EN=952,26kcal FH=44,02g ZS=30,13g SZH=122,57g CK=59,98g SÓ=4,17g TZS=7,07g	EN=1 017,42kcal FH=32,33g ZS=31,25g SZH=151,48g CK=58,67g SÓ=4,16g TZS=3,77g	EN=227,80kcal FH=3,88g ZS=6,40g SZH=37,80g CK=9,20g SÓ=0,18g TZS=3,12g	EN=560,51kcal FH=26,14g ZS=19,11g SZH=64,01g CK=2,50g SÓ=0,78g TZS=1,51g
SZERDA 2024.05.29.	Csipkebogyó tea; Sonkkrém (2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Túró Rudi (2, 4, 6, 8)*; Fonottka (1, 2)*;	Eperleves (1, 2)*; Bugaci sertés szelet (1)*; Kukoricás bulgur (1, 5)*;	Eperleves (1, 2)*; Csirkemájás sertésragu (1, 5)*; Rizibizi (5)*;	Bebo Mini Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;	Csirkés rakottas Kertészné módra (1, 2, 4, 5)*;
	EN=371,25kcal FH=12,54g ZS=7,24g SZH=63,51g CK=11,42g SÓ=2,20g TZS=0,42g	EN=248,90kcal FH=6,15g ZS=6,39g SZH=40,57g CK=12,46g SÓ=0,53g TZS=4,99g	EN=783,31kcal FH=35,44g ZS=21,95g SZH=98,69g CK=17,55g SÓ=1,11g TZS=2,10g	EN=818,74kcal FH=34,29g ZS=37,08g SZH=108,94g CK=17,68g SÓ=1,01g TZS=1,72g	EN=276,50kcal FH=8,39g ZS=4,40g SZH=50,39g CK=0,54g SÓ=1,26g TZS=1,06g	EN=676,61kcal FH=47,96g ZS=24,38g SZH=59,54g CK=10,55g SÓ=1,52g TZS=9,17g
CSÜTÖRTÖK 2024.05.30.	Vaníliás tej (1, 2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Zsemle (1)*;	Alma; Briós (1, 2, 3)*;	Pásztorleves (1, 5)*; Mézes-mustáros csirke csikok (1, 5, 11)*; Petrezselymes rizs (5)*; Alma;	Pásztorleves (1, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Spenót (1, 2)*; Félbarna kenyér (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Teljes kiörlés egyenes kifli (1)*;	Gyümölcs tea; Baconos péklángos (1, 2, 13)*;
	EN=396,39kcal FH=16,14g ZS=10,71g SZH=58,16g CK=26,44g SÓ=1,64g TZS=6,70g	EN=317,80kcal FH=6,09g ZS=5,25g SZH=59,92g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g	EN=878,30kcal FH=39,58g ZS=28,60g SZH=140,37g CK=10,14g SÓ=1,61g TZS=2,86g	EN=847,11kcal FH=34,95g ZS=34,31g SZH=94,58g CK=11,78g SÓ=2,15g TZS=2,80g	EN=249,50kcal FH=8,42g ZS=4,60g SZH=41,25g CK=16,60g SÓ=0,83g TZS=3,05g	EN=363,60kcal FH=11,40g ZS=13,50g SZH=46,85g CK=10,94g SÓ=1,40g TZS=5,70g
PÉNTEK 2024.05.31.	Zöldtea-citrusos; Házi körözött (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Zöldpaprika;	Müzlis szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; Banán;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Csirke nuggets (1, 2, 3, 4, 11)*; F szeres törtburgonya (5)*; Szerenádsaláta; Joghurtos öntet (2)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Erdélyi rakott káposzta (1, 2, 4, 6)*; Félbarna kenyér (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Dzsem (13)*; Pizzás csiga (1, 2, 4)*; Zsemle (1)*; Alma;
	EN=370,66kcal FH=16,23g ZS=4,80g SZH=64,51g CK=11,28g 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=942,77kcal FH=30,75g ZS=35,19g SZH=119,07g CK=5,59g SÓ=3,61g TZS=8,91g	EN=953,07kcal FH=38,84g ZS=46,77g SZH=97,32g CK=2,63g SÓ=10,50g TZS=4,34g	EN=301,80kcal FH=10,44g ZS=10,02g SZH=42,36g CK=0,60g SÓ=1,65g TZS=1,59g	EN=595,95kcal FH=13,60g ZS=18,13g SZH=91,07g CK=16,85g SÓ=2,16g TZS=9,92g

**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=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"**