

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2019.04.01.	Gyümölcs tea 'Meggy' (13)*; Toast sonka (1, 2, 4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Rozs' (1, 2)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Csavart kifli (1, 2)*;	Csontleves csigatésztával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bácskai rizseshús (5)*; Fejeskáposzta-saláta; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Csontleves csigatésztával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Paprikás sertés szelet (1)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Rétes (1, 3)*;	Lapkasajt (2)*; Búzakorpás diákrúd (1, 2)*; Alma;	Brassói aprópecsenye (5)*; Forgatott burgonya;
	EN=369,09kcal FH=16,20g ZS=6,10g SZH=61,85g CK=11,28g SÓ=1,69g TZS=0,00g	EN=248,60kcal FH=11,50g ZS=5,10g SZH=41,35g CK=0,83g SÓ=0,32g TZS=0,00g	EN=856,34kcal FH=27,72g ZS=34,51g SZH=105,85g CK=1,74g SÓ=3,46g TZS=0,00g	EN=702,98kcal FH=33,34g ZS=26,00g SZH=79,61g CK=9,17g SÓ=3,09g TZS=0,00g	EN=294,74kcal FH=14,70g ZS=11,35g SZH=34,31g CK=0,82g SÓ=0,58g TZS=0,00g	EN=625,57kcal FH=23,40g ZS=33,67g SZH=46,92g CK=0,87g SÓ=2,27g TZS=0,00g
KEDD 2019.04.02.	Tea 'Csipkebogyó' (13)*; Sajtkrém (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*;	Poharas tej (2)*; Zsemle 'Lenmagos' (1, 2)*;	Daragombóclevés (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Pulykasült (5)*; Paradicsomos burgonyafőzelék (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Daragombóclevés (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Budapest ragu (5)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2)*; Alma;	Túrós tészta tepertővel (1, 2)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*;
	EN=382,85kcal FH=12,70g ZS=11,40g SZH=58,55g CK=11,17g SÓ=1,12g TZS=0,00g	EN=221,00kcal FH=10,00g ZS=5,00g SZH=36,00g CK=1,44g SÓ=0,55g TZS=0,00g	EN=765,87kcal FH=36,26g ZS=22,04g SZH=98,39g CK=11,53g SÓ=2,89g TZS=0,00g	EN=883,83kcal FH=31,96g ZS=32,25g SZH=112,48g CK=1,12g SÓ=2,99g TZS=0,00g	EN=339,23kcal FH=10,20g ZS=8,49g SZH=53,42g CK=1,48g SÓ=0,17g TZS=0,00g	EN=627,80kcal FH=29,50g ZS=25,22g SZH=71,70g CK=0,00g SÓ=0,31g TZS=0,00g
SZERDA 2019.04.03.	Főzött kakaó (2)*; Kenőmájás; Császár zsemle 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Dobozos üdítő 'alma'; Kifli (1, 2)*; Margarin 'Vitelma';	Hargitai burgonyaleves (1, 2, 5)*; Tavaszi halragu (5, 9)*; Kuskusz (1, 5)*;	Hargitai burgonyaleves (1, 2, 5)*; Székelykáposzta (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12, 13)*;	Molnárka (1, 2, 3)*; Kockasajt (2)*; Alma;	Gyrosos sertésszelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Mexikói saláta (1, 2, 3, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*;
	EN=438,78kcal FH=20,28g ZS=18,04g SZH=53,34g CK=11,72g SÓ=1,13g TZS=0,00g	EN=249,47kcal FH=4,30g ZS=3,79g SZH=53,80g CK=13,65g SÓ=0,51g TZS=0,00g	EN=721,31kcal FH=38,22g ZS=15,96g SZH=99,11g CK=0,90g SÓ=3,16g TZS=0,00g	EN=723,38kcal FH=26,49g ZS=30,85g SZH=78,15g CK=8,66g SÓ=2,27g TZS=0,00g	EN=380,05kcal FH=10,50g ZS=15,85g SZH=47,00g CK=1,65g SÓ=0,53g TZS=0,00g	EN=647,48kcal FH=35,29g ZS=25,19g SZH=61,38g CK=5,81g SÓ=2,76g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2019.04.04.	Tej (2)*; Csirkemell sonka (1, 2, 4)*; Margarin 'Delma'; Zsemle (1)*; Sárgarépa;	Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Dzsem;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Bogdányi sertésrakottas (1, 2, 5)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Csikós tokány (1, 2, 5)*; Tarhonya (1)*; Fejeskáposzta-saláta;	Joghurt (2)*; Fonottka 'Napraforgómagos' (1, 6, 7, 8)*;	Tejberizs (2)*; Kakaós cukor; Alma;
	EN=375,15kcal FH=21,87g ZS=11,83g SZH=49,20g CK=0,83g SÓ=2,09g TZS=0,00g	EN=301,80kcal FH=9,00g ZS=1,80g SZH=60,50g CK=1,21g SÓ=0,53g TZS=0,00g	EN=807,02kcal FH=27,19g ZS=28,45g SZH=97,24g CK=15,18g SÓ=1,04g TZS=0,00g	EN=952,81kcal FH=34,20g ZS=40,91g SZH=109,39g CK=15,53g SÓ=1,83g 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=533,75kcal FH=13,41g ZS=6,93g SZH=106,68g CK=31,00g SÓ=0,30g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.04.05.	Tea 'Citromos' (13)*; Házi körözött (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Kigyóuborka;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliző pehely (1)*;	Szárazbableves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sajtós spagetti (1, 2)*; Sajt (2)*; Tejföl (2)*;	Szárazbableves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*; Alma; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Sajt (2)*; Zsemle (1)*;	Joghurt (2)*; Pizzás táska (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12, 13)*; Alma;
	EN=377,90kcal FH=17,96g ZS=6,56g SZH=61,24g CK=11,21g SÓ=0,80g 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=727,30kcal FH=30,33g ZS=23,56g SZH=97,93g CK=0,33g SÓ=1,99g TZS=0,00g	EN=837,75kcal FH=50,73g ZS=17,14g SZH=106,06g CK=1,28g SÓ=3,08g 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=599,07kcal FH=15,40g ZS=21,19g SZH=85,80g CK=10,95g SÓ=1,15g 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:

Középiskola

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; 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 2019.04.06.	Tea 'Citromos' (13)*; Zala felvágott (4)*; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*; Kigyóborka;	Tej (2)*; Kifli 'Szezámmagos' (1, 2, 12)*;	Gulyásleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Aranygaluska (1, 2, 3, 6)*; Vanília öntet (1, 2)*;		Banán; Gabonás keksz 'Teljes kiőrlésű' (1, 5)*;	Húsos lecsó; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;
	EN=371,15kcal FH=15,60g ZS=9,40g SZH=55,05g 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=1 057,06kcal FH=31,11g ZS=33,55g SZH=156,29g CK=17,91g SÓ=1,65g 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=625,92kcal FH=25,25g ZS=24,64g SZH=70,89g CK=20,59g SÓ=5,20g TZS=0,00g
VASÁRNAP 2019.04.07.	Tea 'Citromos' (13)*; Kenőmájás; Zsemle 'Korpás' (1)*; Zöldpaprika;	Tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Tejfölös gombás sertés szelet (1, 2, 5)*; Petrezselymes burgonya; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;		Fonott kalács (1, 2, 3)*; Alma;	Sült virsli; Sárgarépa főzelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (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=790,26kcal FH=34,57g ZS=23,58g SZH=98,82g CK=15,75g SÓ=1,94g 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=665,03kcal FH=26,42g ZS=33,05g SZH=62,47g CK=9,59g SÓ=3,70g 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:

Középiskola

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; 7=Mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró; 9=Hal; 10=Rák, puhatestűek; 11=Mustár; 12=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

"Suli-Host Étkeztetési Rendszer 3.0"

	Reggeli	Tízórai	Ebéd A	Ebéd B	Uzsonna	Vacsora
HÉTFŐ 2019.04.08.	Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs' (13)*; Májusi csemege (2, 4, 5, 11)*; Margarin 'Delma'; Kenyér 'Lenmagos' (1, 2)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Zsemle 'Zabpelyhes' (1)*;	Zöldségleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rántott sertés szelet 'Mirelit' (1, 2, 3, 11)*; Burgonyapüré (2)*; Csemege uborka; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Zöldségleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Tejfölös-gombás csirkecombfilé (1, 2, 5)*; Bulgur (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Briós (1, 2)*; Alma;	Tea 'Citromos' (13)*; Pizza (1, 2, 5)*;
	EN=398,19kcal FH=17,10g ZS=5,10g SZH=60,23g CK=11,37g SÓ=1,79g 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=772,07kcal FH=26,75g ZS=20,13g SZH=111,91g CK=7,01g SÓ=3,43g TZS=0,00g	EN=766,18kcal FH=36,29g ZS=23,27g SZH=106,39g CK=1,60g SÓ=3,44g TZS=0,00g	EN=298,20kcal FH=6,30g ZS=4,20g SZH=57,40g CK=1,75g SÓ=0,18g TZS=0,00g	EN=705,17kcal FH=30,42g ZS=31,56g SZH=70,15g CK=14,20g SÓ=1,78g TZS=0,00g
KEDD 2019.04.09.	Főzött kakaó (2)*; Metélfőhagymás vajkrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Sárgarépakarikák;	Csemege szalámi; Zsemle 'Korpás' (1)*;	Reszelt tésztaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Hagymás sertés szelet (1)*; Zöldbabfőzelék (1, 2)*; Sajtós pogácsa (1, 2, 3)*;	Reszelt tésztaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Pacalpörkölt; Sós burgonya; Vegyes vágott; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Joghurt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Kapros pulykaragu (1, 2, 5)*; Párolt rizs (5)*;
	EN=524,58kcal FH=18,98g ZS=15,84g SZH=79,54g CK=12,65g SÓ=0,61g TZS=0,00g	EN=258,06kcal FH=10,77g ZS=13,40g SZH=26,50g CK=0,76g SÓ=1,11g TZS=0,00g	EN=705,68kcal FH=37,28g ZS=30,75g SZH=66,16g CK=5,01g SÓ=3,53g TZS=0,00g	EN=1 122,86kcal FH=54,64g ZS=56,56g SZH=83,77g CK=1,58g SÓ=1,64g TZS=0,00g	EN=231,87kcal FH=8,80g ZS=7,29g SZH=33,30g CK=1,65g SÓ=0,51g TZS=0,00g	EN=621,17kcal FH=24,51g ZS=21,67g SZH=81,35g CK=0,33g SÓ=1,73g TZS=0,00g
SZERDA 2019.04.10.	Zöldtea-citrusos (13)*; Tojáskrém (1, 2, 3, 11)*; Császár zsemle 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Kigyóuborka;	Poharas tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Csurgatott tojásleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Milánói szósz hússal (1)*; Spagetti (1)*; Sajt (2)*; Alma;	Csurgatott tojásleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sült debreceni kolbász (4)*; Lencsefőzelék (1, 2, 5, 11)*;	Méz; Fatörzskifli (1, 2)*; Margarin 'Vitelma';	Fasírt (1, 3, 5)*; Spenót (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;
	EN=325,20kcal FH=9,95g ZS=13,02g SZH=39,77g CK=10,72g SÓ=0,50g 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=878,40kcal FH=35,71g ZS=37,82g SZH=96,51g CK=2,68g SÓ=2,03g TZS=0,00g	EN=889,95kcal FH=42,80g ZS=52,36g SZH=59,67g CK=6,75g SÓ=4,35g TZS=0,00g	EN=297,73kcal FH=5,70g ZS=6,49g SZH=53,82g CK=1,48g SÓ=0,17g TZS=0,00g	EN=614,57kcal FH=26,65g ZS=31,15g SZH=54,76g CK=4,89g SÓ=1,73g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2019.04.11.	Tej (2)*; Toast sonka (1, 2, 4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Jégcsap retek;	Alma; Margarin 'Vitelma'; Búzakorpás diákrúd (1, 2)*;	Brokkolikrémleves sárgarépakockával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Mézes-mustáros csirkemell csíkok (1, 11)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Brokkolikrémleves sárgarépakockával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sajtós panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Törtburgonya (5)*; Tartármártás (1, 2, 3, 11)*;	Kefír (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Darás metélt (1)*; Barackíz; Porcukor;
	EN=464,54kcal FH=26,10g ZS=12,10g SZH=64,90g CK=1,21g SÓ=1,69g TZS=0,00g	EN=194,14kcal FH=4,30g ZS=4,65g SZH=34,31g CK=0,82g SÓ=0,26g TZS=0,00g	EN=780,17kcal FH=32,50g ZS=21,70g SZH=109,33g CK=0,55g SÓ=2,84g TZS=0,00g	EN=759,46kcal FH=22,69g ZS=32,45g SZH=84,19g CK=4,32g SÓ=3,86g TZS=0,00g	EN=285,15kcal FH=10,00g ZS=8,35g SZH=41,20g CK=1,65g SÓ=0,17g 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 2019.04.12.	Tea 'Citromos' (13)*; Tejfölös-túró (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliző pehely (1)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 4, 5, 11, 13)*; Pirított szárnyasmáj (5)*; Petrezselymes burgonya; Csemege uborka; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 4, 5, 11, 13)*; Natúr sertés szelet (1, 5)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*;	Kockasajt (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*; Paradicsom;	Gyümölcs joghurt 'Danone K+F' (1, 2, 3, 6)*; Májkrém (4)*; Kifli (1, 2)*; Kakaós csiga (1)*;
	EN=392,55kcal FH=18,20g ZS=10,10g SZH=58,85g CK=11,17g SÓ=0,70g 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=850,53kcal FH=43,69g ZS=32,40g SZH=85,68g CK=1,49g SÓ=3,06g TZS=0,00g	EN=784,90kcal FH=53,19g ZS=30,21g SZH=72,41g CK=13,07g SÓ=2,42g TZS=0,00g	EN=372,20kcal FH=14,60g ZS=12,90g SZH=47,60g CK=1,26g SÓ=0,83g TZS=0,00g	EN=689,32kcal FH=17,45g ZS=29,09g SZH=89,45g CK=17,44g SÓ=1,45g 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:

Középiskola

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; 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 2019.04.13.	Tea 'Citromos' (13)*; Zala felvágott (4)*; Margarin 'Delma'; Csavart kifli (1, 2)*;	Tej (2)*; Zabpehely (1)*;	Csorbaleves (1, 2, 5)*; Gombapörkölt (1, 2, 5)*; Tészta 'Orsó' (1)*; Kiwi; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;		Alma; Lapkasajt (2)*; Zsemle (1)*;	Párolt sertés szelet (1, 5)*; Gyümölcsmártás (1, 2)*; Törtburgonya (5)*; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;
	EN=327,79kcal FH=11,50g ZS=12,40g SZH=42,28g CK=11,15g 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=923,26kcal FH=38,23g ZS=33,53g SZH=114,27g CK=1,01g SÓ=2,54g 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=639,56kcal FH=30,72g ZS=12,08g SZH=93,68g CK=24,56g SÓ=2,25g TZS=0,00g
VASÁRNAP 2019.04.14.	Tea 'Citromos' (13)*; Metélőhagymás vajkrém (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*; Kigyóuborka;	Tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Zellerleves (1, 3, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2)*; Céklasaláta; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;		Banán; Gabonás keksz 'Teljes kiörlésű' (1, 5)*;	Csirkemell csíkok pirítva (1)*; Finomfőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;
	EN=346,05kcal FH=10,20g ZS=8,90g SZH=55,75g 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=737,29kcal FH=44,52g ZS=16,29g SZH=90,89g CK=1,10g SÓ=2,99g 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=511,01kcal FH=36,00g ZS=9,48g SZH=68,74g CK=13,59g SÓ=1,64g TZS=0,00g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI – HOST VENDEGLÁTÓ 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:

Középiskola

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; 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 2019.04.15.	Tea 'Citromos' (13)*; Csemege szalámi; Margarin 'Liga'; Csavart kifli (1, 2)*;	Poharas tej (2)*; Kifli 'Szezámagos' (1, 2, 12)*;	Szárnyasraguleves (1, 3, 4, 5, 11)*; Gránátos kocka (1)*; Alma; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Szárnyasraguleves (1, 3, 4, 5, 11)*; Kapros káposzta (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Kefír (2)*; Kuglof (1, 2, 3)*;	Aprópecsenye (5)*; Finomfőzelék (1, 2)*;
	EN=350,79kcal FH=11,50g ZS=14,65g SZH=41,50g CK=10,83g 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=846,62kcal FH=34,21g ZS=18,49g SZH=130,67g CK=0,85g SÓ=2,24g TZS=0,00g	EN=696,56kcal FH=40,86g ZS=32,98g SZH=56,85g CK=0,92g SÓ=2,43g TZS=0,00g	EN=381,18kcal FH=16,02g ZS=6,42g SZH=61,68g CK=2,86g SÓ=2,81g TZS=0,00g	EN=605,07kcal FH=29,52g ZS=32,24g SZH=46,88g CK=13,17g SÓ=1,47g TZS=0,00g
KEDD 2019.04.16.	Tea 'Citromos' (13)*; Virsli; Mustár (1, 11)*; Hosszú zsemle (1)*;	Poharas tej (2)*; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*;	Alföldileves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Fasírt (1, 3, 5)*; Sárgaborsófőzelék (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Alföldileves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor; Alma;	Kockasajt (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*; Alma;	Magyaros húsos zöldségtál (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;
	EN=354,88kcal FH=14,07g ZS=14,21g SZH=40,89g CK=10,76g SÓ=1,69g TZS=0,00g	EN=242,76kcal FH=11,30g ZS=5,59g SZH=39,68g CK=0,77g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=884,71kcal FH=39,34g ZS=36,36g SZH=94,97g CK=1,75g SÓ=2,93g TZS=0,00g	EN=654,93kcal FH=15,87g ZS=11,49g SZH=121,96g CK=31,68g SÓ=1,48g TZS=0,00g	EN=380,05kcal FH=10,50g ZS=15,85g SZH=47,00g CK=1,65g SÓ=0,53g TZS=0,00g	EN=520,13kcal FH=35,40g ZS=10,72g SZH=65,21g CK=0,60g SÓ=1,14g TZS=0,00g
SZERDA 2019.04.17.	Tej (2)*; Pizzasonka; Margarin 'Delma'; Zsemle 'Barna' (1)*; Jégcsap retek;	Búzakorpás diákrúd (1, 2)*; Zöldfűszeres halpástétom;	Karfiolleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Marhapörkölt (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sós burgonya; Vegyes vágott; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Karfiolleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1)*; Törtburgonya (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Gyümölcs joghurt 'Nap mint nap' (1, 2, 3, 6, 8)*; Briós (1, 2)*;	Ásványvíz; Camping sajt (2)*; Zsemle (1)*; Zsemle (1)*; Alma;
	EN=392,92kcal FH=25,40g ZS=14,39g SZH=46,16g CK=0,88g SÓ=0,35g TZS=0,00g	EN=295,14kcal FH=8,80g ZS=17,15g SZH=27,51g CK=0,82g SÓ=0,82g TZS=0,00g	EN=704,43kcal FH=28,56g ZS=25,40g SZH=79,47g CK=1,21g SÓ=2,23g TZS=0,00g	EN=805,84kcal FH=27,94g ZS=29,25g SZH=100,39g CK=16,46g SÓ=3,43g TZS=0,00g	EN=341,70kcal FH=8,50g ZS=5,30g SZH=63,00g CK=16,16g SÓ=0,20g 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 2019.04.18.	Főzött kakaó (2)*; Sajtkrém (2)*; Kenyér 'Rozs' (1, 2)*; Kigyóborka;	Diákcsemege szalámi; Zsemle 'Korpás' (1)*;	Gombakrémleves (1, 2, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Gombakrémleves (1, 2, 3, 5)*; Mexikói csirkemáj ragu (5)*; Párolt rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Alma; Lapkasajt (2)*; Fatörzskifli (1, 2)*;	Paprikásburgonya hússal (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;
	EN=496,88kcal FH=20,28g ZS=13,84g SZH=78,14g CK=12,28g SÓ=1,13g TZS=0,00g	EN=252,81kcal FH=10,27g ZS=13,40g SZH=26,75g CK=0,76g SÓ=0,29g TZS=0,00g	EN=798,30kcal FH=38,13g ZS=21,31g SZH=116,46g CK=3,42g SÓ=3,43g TZS=0,00g	EN=810,10kcal FH=36,53g ZS=20,63g SZH=117,54g CK=1,65g SÓ=3,15g TZS=0,00g	EN=376,93kcal FH=16,10g ZS=13,19g SZH=47,42g CK=1,48g SÓ=0,49g TZS=0,00g	EN=713,09kcal FH=28,46g ZS=30,13g SZH=71,14g CK=1,05g SÓ=1,72g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.04.19.	Tea 'Citromos' (13)*; Kenőmájás; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*; Jégcsap rettek;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliző pehely (1)*;	Zöldbabeleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Spenótos panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Petrezselymes rizs (5)*; Joghurtos öntet (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Zöldbabeleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Brassói aprópecsenye (5)*; Forगतott burgonya; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Alma;	Margarin 'Vitelma'; Kifli (1, 2)*; Alma;	Túrós tészta tepertővel (1, 2)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*;
	EN=403,95kcal FH=16,60g ZS=12,40g SZH=55,05g CK=11,26g SÓ=1,32g 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=894,90kcal FH=28,56g ZS=28,80g SZH=129,88g CK=3,76g SÓ=3,50g TZS=0,00g	EN=877,54kcal FH=30,92g ZS=38,10g SZH=90,42g CK=2,66g SÓ=3,62g 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=627,80kcal FH=29,50g ZS=25,22g SZH=71,70g CK=0,00g SÓ=0,31g 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:

Középiskola

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; 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 2019.04.20.	Tea 'Citromos' (13)*; Magyaros sajtkrém (2)*; Kenyér 'Rozs' (1, 2)*; Zöldpaprika;	Poharas tej (2)*; Zsemle (1)*;	Magyaros burgonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Ízes fánk (1, 2, 3)*; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1, 2)*;		Csirke májaskrém; Kifli (1, 2)*;	Vadas aprópecsenye (1, 2, 11)*; Tészta 'Orsó' (1)*;
	EN=366,95kcal FH=11,50g ZS=7,80g SZH=63,05g CK=11,28g SÓ=1,13g 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=780,92kcal FH=21,01g ZS=18,60g SZH=124,83g CK=31,77g SÓ=1,79g TZS=0,00g		EN=250,47kcal FH=8,30g ZS=12,49g SZH=26,20g CK=1,65g SÓ=1,10g TZS=0,00g	EN=729,53kcal FH=27,67g ZS=33,74g SZH=77,39g CK=2,50g SÓ=1,02g TZS=0,00g
VASÁRNAP 2019.04.21.	Tea 'Citromos' (13)*; Csirkemell sonka (1, 2, 4)*; Kenyér 'Rozs' (1, 2)*; Margarin 'Liga'; Kigóuborka;	Tej (2)*; Kukorica Flakes (1, 5, 6)*;	Szárnyasgulyásleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Natúr sertés szelet (1, 5)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1, 2)*;		Briós (1, 2)*; Narancs;	Rakott kelkáposzta (1, 2, 3)*; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1, 2)*;
	EN=369,79kcal FH=16,20g ZS=7,10g SZH=61,35g CK=11,28g SÓ=2,29g TZS=0,00g	EN=285,20kcal FH=12,20g ZS=6,40g SZH=47,80g CK=0,48g SÓ=0,89g TZS=0,00g	EN=825,34kcal FH=58,33g ZS=22,17g SZH=94,73g CK=13,84g SÓ=2,58g TZS=0,00g		EN=312,20kcal FH=7,70g ZS=4,20g SZH=58,80g CK=1,75g SÓ=0,18g TZS=0,00g	EN=646,08kcal FH=33,94g ZS=27,26g SZH=61,64g CK=0,50g SÓ=1,16g TZS=0,00g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI – HOST VENDEGLÁTÓ 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:

Középiskola

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; 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 2019.04.22.	Tea 'Citromos' (13)*; Zala felvágott (4)*; Margarin 'Liga'; Császár zsemle 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Zsemle 'Zabpelyhes' (1)*;	Májgaluskaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Pozsonyi kocka (1, 2, 3)*; Alma;	Májgaluskaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sertésflekken (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Spenót (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Gyümölcs joghurt 'Danone K+F' (1, 2, 3, 6)*; Molnárika (1, 2, 3)*;	Gombapörkölt (1, 2, 5)*; Galuska (1, 3)*;
	EN=306,69kcal FH=11,10g ZS=11,80g SZH=38,85g CK=10,97g SÓ=1,44g 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=1 041,66kcal FH=35,10g ZS=28,59g SZH=154,18g CK=24,38g SÓ=1,54g TZS=0,00g	EN=714,05kcal FH=48,90g ZS=24,01g SZH=71,03g CK=5,13g SÓ=3,05g TZS=0,00g	EN=305,90kcal FH=9,25g ZS=6,35g SZH=51,45g CK=16,65g SÓ=0,23g TZS=0,00g	EN=591,18kcal FH=25,78g ZS=14,62g SZH=85,61g CK=0,52g SÓ=1,40g TZS=0,00g
KEDD 2019.04.23.	Főzött kakaó (2)*; Fokhagymás-petrezselymes vajkrém (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;	Csemege szalámi; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*;	Csontleves csigatésztával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Natúr sertés szelet (1, 5)*; Meggymártás (1, 2, 13)*; Pirított dara (1)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Csontleves csigatésztával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sertésrizottó (5)*; Csemege uborka; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Kockasajt (2)*; Zsemle (1)*; Alma;	Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*;
	EN=462,18kcal FH=18,38g ZS=13,54g SZH=70,24g CK=12,26g SÓ=0,47g TZS=0,00g	EN=279,26kcal FH=11,30g ZS=12,34g SZH=29,68g CK=0,77g SÓ=1,11g TZS=0,00g	EN=752,22kcal FH=34,42g ZS=16,61g SZH=111,25g CK=21,21g SÓ=4,38g TZS=0,00g	EN=917,19kcal FH=30,94g ZS=37,27g SZH=111,63g CK=1,87g SÓ=3,51g 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=492,33kcal FH=36,60g ZS=13,32g SZH=45,37g CK=0,39g SÓ=1,74g TZS=0,00g
SZERDA 2019.04.24.	Gyümölcs tea (13)*; Sajt (2)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Rozs' (1, 2)*; Kigýúborka;	Joghurt (2)*; Búzakorpás diákrúd (1, 2)*;	Csurgatott tojásleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Csurgatott tojásleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sertéspörkölt; Sárgaborsófőzelék (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Dzsem; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;	Lecsós pulyka apró; Tészta 'Copfocská' (1)*;
	EN=442,39kcal FH=19,10g ZS=13,80g SZH=61,65g CK=11,28g SÓ=1,26g TZS=0,00g	EN=227,14kcal FH=8,80g ZS=8,15g SZH=32,01g CK=0,82g SÓ=0,26g TZS=0,00g	EN=777,03kcal FH=26,07g ZS=27,77g SZH=90,53g CK=0,68g SÓ=2,06g TZS=0,00g	EN=856,53kcal FH=44,07g ZS=39,42g SZH=78,04g CK=1,44g SÓ=2,71g TZS=0,00g	EN=274,80kcal FH=9,00g ZS=0,90g SZH=56,00g CK=1,26g SÓ=0,47g TZS=0,00g	EN=522,53kcal FH=31,69g ZS=12,52g SZH=71,29g CK=1,54g SÓ=1,40g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2019.04.25.	Tea 'Citromos' (13)*; Toast sonka (1, 2, 4)*; Margarin 'Delma'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Kigýúborka;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliző pehely (1)*;	Fokhagymakrémleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Debreceni aprópecsenye (4)*; Párolt rizs (5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Fokhagymakrémleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Zöldfűszeres csirkecomb (1, 5, 11)*; Petrezselymes burgonya; Fejeskáposzta-saláta; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Kefír (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*;	Tea 'Citromos' (13)*; Hot-Dog (1, 11)*;
	EN=371,79kcal FH=17,10g ZS=6,10g SZH=60,33g CK=11,28g SÓ=1,73g 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=902,72kcal FH=29,69g ZS=38,52g SZH=106,71g CK=0,73g SÓ=3,22g TZS=0,00g	EN=762,34kcal FH=46,41g ZS=17,41g SZH=92,59g CK=0,83g SÓ=2,87g TZS=0,00g	EN=285,15kcal FH=10,00g ZS=8,35g SZH=41,20g CK=1,65g SÓ=0,17g 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 2019.04.26.	Tej (2)*; Tojáskrém (1, 2, 3, 11)*; Zsemle (1)*; Jégcsap retek;	Briós (1, 2)*; Alma;	Burgonyagombóc leves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Paradicsomos káposzta-főzelék (1, 5)*; Túró Rudi (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Burgonyagombóc leves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Milánói szász hallal (1, 9)*; Tricolor penne (1)*; Sajt (2)*;	Joghurt (2)*; Fatörzskifli (1, 2)*;	Dobozos üdítő 'alma'; Kifli (1, 2)*; Pizzás táska (1, 2)*; Májkrém (4)*;
	EN=428,96kcal FH=19,22g ZS=19,05g SZH=46,24g CK=0,76g SÓ=0,51g TZS=0,00g	EN=298,20kcal FH=6,30g ZS=4,20g SZH=57,40g CK=1,75g SÓ=0,18g TZS=0,00g	EN=805,94kcal FH=30,90g ZS=31,05g SZH=97,56g CK=15,79g SÓ=2,92g TZS=0,00g	EN=805,25kcal FH=45,26g ZS=23,60g SZH=100,02g CK=3,02g SÓ=2,30g 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=630,87kcal FH=14,40g ZS=28,69g SZH=83,00g CK=15,75g SÓ=1,81g 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:

Középiskola

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; 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 2019.04.27.	Tea 'Citromos' (13)*; Magyaros sajtkrém (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;	Tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Daragombóclevés (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Párolt sertés szelet (1, 5)*; Paradicsomos káposzta-főzelék (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1, 2)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12,		Alma; Kockasajt (2)*; Zsemle (1)*;	Halpaprikás (5, 9)*; Tészta 'Szarvacska' (1)*; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;
	EN=332,45kcal FH=11,80g ZS=6,90g SZH=54,95g 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=758,65kcal FH=37,76g ZS=21,08g SZH=100,34g CK=22,30g SÓ=2,90g 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=648,45kcal FH=37,42g ZS=13,56g SZH=91,70g CK=1,08g SÓ=1,26g TZS=0,00g
VASÁRNAS 2019.04.28.	Tea 'Citromos' (13)*; Virsli; Mustár (1, 11)*; Hosszú zsemle (1)*;	Tej (2)*; Zsemle (1)*;	Olasz zöldséglevés gyufatésztával (1, 3, 4, 5, 11)*; Csikós tokány (1, 2, 5)*; Törtburgonya (5)*; Kenyér 'Teljes kiőrlésű' (1, 2)*;		Kefír (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*; Alma;	Sertéspörkölt; Zöldbabfőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Félbarna' (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=933,00kcal FH=32,97g ZS=41,61g SZH=94,15g CK=7,63g SÓ=3,03g 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=646,63kcal FH=31,07g ZS=32,79g SZH=54,12g CK=5,15g SÓ=1,78g TZS=0,00g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI – HOST VENDEGLÁTÓ 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:

Középiskola

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=Sója; 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 2019.04.29.	Tea 'Citromos' (13)*; Toast sonka (1, 2, 4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Rozs' (1, 2)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Sajtós kifli (1, 2)*;	Reszelt tésztaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Székelykáposzta (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Túrós pite (1, 2, 3)*;	Reszelt tésztaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Temesvári aprópecsenye (1, 2, 5)*; Bulgur (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Lapkasajt (2)*; Búzakorpás diákrúd (1, 2)*; Alma;	Paprikás sertés szelet (1)*; Törtburgonya (5)*;
	EN=369,09kcal FH=16,20g ZS=6,10g SZH=61,85g CK=11,28g SÓ=1,69g 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=796,73kcal FH=28,99g ZS=38,47g SZH=79,30g CK=5,11g SÓ=2,25g TZS=0,00g	EN=815,17kcal FH=36,36g ZS=28,14g SZH=108,91g CK=1,52g SÓ=3,34g TZS=0,00g	EN=294,74kcal FH=14,70g ZS=11,35g SZH=34,31g CK=0,82g SÓ=0,58g TZS=0,00g	EN=487,02kcal FH=26,64g ZS=15,94g SZH=49,03g CK=0,18g SÓ=1,56g TZS=0,00g
KEDD 2019.04.30.	Tejes kávé (1, 2)*; Metélfőhagymás vajkrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Kigyóuborka;	Csemege szalámi; Zsemle 'Lenmagos' (1, 2)*;	Csontleves csigatésztával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sertés sült 'karaj' (5)*; Szárazbabfőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Rétes (1, 3)*;	Csontleves csigatésztával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bükki aprópecsenye (1, 2, 5)*; Párolt rizs (5)*; Vegyes vágott;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2)*; Alma;	Darás metélt (1)*; Barackíz; Porcukor;
	EN=521,66kcal FH=18,96g ZS=15,58g SZH=79,96g CK=12,65g SÓ=0,65g TZS=0,00g	EN=257,50kcal FH=10,00g ZS=11,75g SZH=26,00g CK=1,44g SÓ=1,38g TZS=0,00g	EN=855,18kcal FH=47,34g ZS=25,07g SZH=105,08g CK=6,27g SÓ=3,13g TZS=0,00g	EN=825,70kcal FH=26,92g ZS=36,47g SZH=94,35g CK=0,78g SÓ=2,97g TZS=0,00g	EN=339,23kcal FH=10,20g ZS=8,49g SZH=53,42g CK=1,48g SÓ=0,17g TZS=0,00g	EN=672,82kcal FH=14,22g ZS=11,28g SZH=127,14g CK=20,00g SÓ=0,40g TZS=0,00g
SZERDA 2019.05.01.	Tea 'Citromos' (13)*; Kenőmájas; Zsemle (1)*; Jégcsap retek;	Poharas tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Bazsalikomos paradicsomleves (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Csemege uborka;	Bazsalikomos paradicsomleves (1, 3, 5)*; Csőben sült brokkoli (1, 2, 3, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Molnárka (1, 2, 3)*; Kockasajt (2)*; Kigyóuborka;	Brassói aprópecsenye (5)*; Forgatott burgonya; Csemege uborka;
	EN=324,06kcal FH=12,37g ZS=12,03g SZH=40,47g CK=10,76g SÓ=1,14g 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=879,55kcal FH=31,93g ZS=31,42g SZH=115,07g CK=17,39g SÓ=3,09g TZS=0,00g	EN=859,07kcal FH=34,77g ZS=37,21g SZH=91,61g CK=17,90g SÓ=2,47g TZS=0,00g	EN=343,85kcal FH=11,10g ZS=15,85g SZH=38,40g CK=1,65g SÓ=0,53g TZS=0,00g	EN=639,57kcal FH=24,40g ZS=33,67g SZH=49,92g CK=0,87g SÓ=2,27g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2019.05.02.	Tej (2)*; Házi körözött (2)*; Kigyóuborka; Császár zsemle 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Margarin 'Vitelma'; Kifli 'Szezámragos' (1, 2, 12)*; Méz;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Mexikói pulykaragu (1, 5)*; Petrezselymes rizs (5)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Gyrosos csirkemell csíkok (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Forgatott burgonya; Szerenászaláta; Joghurtos öntet (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Joghurt (2)*; Tökmagos párna (1)*; Alma;	Tea 'Citromos' (13)*; Pizza (1, 2, 5)*;
	EN=350,95kcal FH=22,46g ZS=11,26g SZH=45,39g CK=0,72g SÓ=0,55g TZS=0,00g	EN=219,41kcal FH=4,30g ZS=4,22g SZH=41,14g CK=0,81g SÓ=0,25g TZS=0,00g	EN=748,90kcal FH=27,39g ZS=21,72g SZH=110,03g CK=15,44g SÓ=2,06g TZS=0,00g	EN=796,23kcal FH=36,47g ZS=20,22g SZH=106,27g CK=15,50g SÓ=2,81g 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=705,17kcal FH=30,42g ZS=31,56g SZH=70,15g CK=14,20g SÓ=1,78g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.05.03.	Gyümölcs tea (13)*; Májusi csemege (2, 4, 5, 11)*; Margarin 'Delma'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Sárgarépakarikák;	Poharas tej (2)*; Dzsungel reggeliző pehely (1)*;	Zöldborsóleves csipetkével (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Spenótos panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Burgonyapüré (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Zöldborsóleves csipetkével (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Májkrém (4)*; Kifli (1, 2)*;	Ásványvíz; Camping sajt (2)*; Kifli (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Kakaós csiga (1)*;
	EN=409,59kcal FH=17,10g ZS=5,10g SZH=62,93g CK=11,28g SÓ=1,83g 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=734,22kcal FH=27,33g ZS=18,89g SZH=105,38g CK=2,69g SÓ=3,28g TZS=0,00g	EN=712,14kcal FH=29,95g ZS=31,70g SZH=71,75g CK=5,95g SÓ=2,93g 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=877,94kcal FH=30,50g ZS=38,38g SZH=100,50g CK=4,09g SÓ=1,16g TZS=0,00g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



SULI – HOST VENDEGLÁTÓ 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:

Középiskola

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; 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"