

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2019.04.01.	Zöldtea-citrusos (13)*; Kockasajt (2)*; Fatörzskifli (1, 2)*;	Burgonyagombóc leves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12, 13)*;	Diákcsemege szalámi; Margarin 'Delma'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Kigyóuborka;
	EN=315,77kcal FH=8,20g ZS=9,99g SZH=47,76g CK=10,48g SÓ=0,35g TZS=0,00g	EN=711,96kcal FH=26,01g ZS=29,38g SZH=80,57g CK=12,60g SÓ=2,77g TZS=0,00g	EN=288,12kcal FH=10,90g ZS=12,20g SZH=33,24g CK=0,86g SÓ=0,39g TZS=0,00g
KEDD 2019.04.02.	Főzött kakaó (2)*; Rozsos párna (1)*;	Májgaluskaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Darás metélt (1)*; Barackíz; Porcukor;	Sajtkrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Alma;
	EN=315,20kcal FH=12,74g ZS=6,77g SZH=54,17g CK=10,74g SÓ=0,26g TZS=0,00g	EN=759,62kcal FH=24,36g ZS=15,56g SZH=127,17g CK=20,38g SÓ=1,54g TZS=0,00g	EN=272,80kcal FH=8,80g ZS=7,20g SZH=41,80g CK=0,80g SÓ=0,95g TZS=0,00g
SZERDA 2019.04.03.	Tej (2)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Sárgarépakarikák;	Tarhonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Natúr sertés szelet (1, 5)*; Meggymártás (1, 2, 13)*; Pirított dara (1)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=316,72kcal FH=14,00g ZS=8,60g SZH=48,30g CK=0,80g SÓ=0,36g TZS=0,00g	EN=697,47kcal FH=31,29g ZS=17,83g SZH=96,80g CK=19,25g SÓ=4,15g TZS=0,00g	EN=298,65kcal FH=10,00g ZS=9,85g SZH=42,70g CK=1,65g SÓ=0,17g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2019.04.04.	Gyümölcs tea 'Meggy' (13)*; Paradicsomos halpástétom (9)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Karfiolleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Hentes tokány (1)*; Párolt rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Párizsi (1, 2, 4)*; Margarin 'Delma'; Kenyér 'Kukoricás' (1, 2)*;
	EN=336,14kcal FH=9,60g ZS=13,20g SZH=43,34g CK=9,80g SÓ=0,80g TZS=0,00g	EN=752,92kcal FH=25,73g ZS=33,67g SZH=84,07g CK=1,00g SÓ=2,93g TZS=0,00g	EN=279,52kcal FH=9,80g ZS=10,60g SZH=36,44g CK=0,94g SÓ=1,30g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.04.05.	Karamellás tej (2)*; Margarin 'Liga'; Kifli (1, 2)*;	Brokkolikrémleves sárgarépakockával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Fejeskáposzta-saláta; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Házi körözött (2)*; Kenyér 'Lenmagos' (1, 2)*; Alma;
	EN=294,15kcal FH=10,60g ZS=7,89g SZH=48,30g CK=13,65g SÓ=0,52g TZS=0,00g	EN=753,70kcal FH=30,34g ZS=29,12g SZH=88,84g CK=1,09g SÓ=3,32g TZS=0,00g	EN=267,38kcal FH=12,62g ZS=4,76g SZH=42,46g CK=0,86g SÓ=0,60g 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:

Iskola 'A'

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2019.04.08.	Tejes kávé (1, 2)*; Margarin 'Liga'; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 4, 5, 11, 13)*; Kapros káposzta (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Kenőmájas; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Alma;
	EN=335,78kcal FH=12,50g ZS=8,74g SZH=55,23g CK=10,77g SÓ=0,33g TZS=0,00g	EN=701,92kcal FH=33,99g ZS=40,42g SZH=47,09g CK=0,74g SÓ=2,38g TZS=0,00g	EN=308,80kcal FH=11,60g ZS=10,40g SZH=40,60g CK=0,80g SÓ=1,03g TZS=0,00g
KEDD 2019.04.09.	Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Kifli (1, 2)*;	Szárazbaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Mákos guba; Vanília öntet (1, 2)*;	Lekvár; Margarin 'Delma'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Alma;
	EN=290,47kcal FH=12,60g ZS=10,89g SZH=39,30g CK=1,65g SÓ=0,59g TZS=0,00g	EN=740,73kcal FH=22,69g ZS=23,39g SZH=107,59g CK=7,33g SÓ=1,01g TZS=0,00g	EN=290,67kcal FH=6,00g ZS=3,60g SZH=56,44g CK=0,86g SÓ=0,39g TZS=0,00g
SZERDA 2019.04.10.	Zöldtea-citrusos (13)*; Virsli; Ketchup (1, 5)*; Hosszú zsemle (1)*;	Kelvirágkrémleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Marhapörkölt (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sós burgonya; Vegyes vágott; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Kefír (2)*; Fatörzskifli (1, 2)*;
	EN=322,60kcal FH=12,21g ZS=11,79g SZH=40,49g CK=10,76g SÓ=1,68g TZS=0,00g	EN=653,00kcal FH=26,08g ZS=24,15g SZH=72,50g CK=0,67g SÓ=1,86g TZS=0,00g	EN=295,83kcal FH=10,20g ZS=8,49g SZH=43,62g CK=1,48g SÓ=0,17g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2019.04.11.	Tea 'Citromos' (13)*; Tojáskrém (1, 2, 3, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Csontleves csigatésztával (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Spenótos panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Párolt rizs (5)*; Tartármártás (1, 2, 3, 11)*;	Pizzasonka; Margarin 'Delma'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Sárgarépakarikák;
	EN=302,80kcal FH=10,04g ZS=9,26g SZH=41,84g CK=9,80g SÓ=0,56g TZS=0,00g	EN=717,30kcal FH=20,45g ZS=27,10g SZH=96,99g CK=4,34g SÓ=3,70g TZS=0,00g	EN=271,52kcal FH=14,90g ZS=6,80g SZH=36,04g CK=0,86g SÓ=0,39g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.04.12.	Tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Alföldileves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Gyümölcs joghurt 'Nap mint nap' (1, 2, 3, 6, 8)*; Kifli (1, 2)*; Alma;
	EN=309,65kcal FH=13,00g ZS=8,85g SZH=47,70g CK=1,65g SÓ=0,17g TZS=0,00g	EN=680,28kcal FH=50,97g ZS=16,15g SZH=79,41g CK=12,15g SÓ=2,63g TZS=0,00g	EN=256,97kcal FH=6,50g ZS=2,39g SZH=49,60g CK=16,06g SÓ=0,53g 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:

Iskola 'A'

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2019.04.15.	Tea 'Csipkebogyó' (13)*; Zöldbúszeres halpástétom; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Tiszai aprópecsenye (5)*; Petrezselymes rizs (5)*;	Sajtos pogácsa (1, 2, 3)*;
	EN=336,14kcal FH=9,60g ZS=13,20g SZH=43,34g CK=9,80g SÓ=0,80g TZS=0,00g	EN=730,02kcal FH=20,93g ZS=30,83g SZH=89,78g CK=14,37g SÓ=2,19g TZS=0,00g	EN=307,30kcal FH=7,70g ZS=16,80g SZH=30,10g CK=0,97g SÓ=1,40g TZS=0,00g
KEDD 2019.04.16.	Tej (2)*; Margarin 'Delma'; Csavart kifli (1, 2)*;	Hamis gulyásleves (1, 3, 5)*; Rántott csirkemell (1, 2, 3)*; Spenót (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12, 13)*;	Snidlinges sajtkrém (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Alma;
	EN=291,72kcal FH=13,00g ZS=8,50g SZH=44,09g CK=0,89g SÓ=0,36g TZS=0,00g	EN=614,83kcal FH=26,01g ZS=16,25g SZH=87,76g CK=16,34g SÓ=3,51g TZS=0,00g	EN=288,40kcal FH=9,40g ZS=9,60g SZH=41,20g CK=0,78g SÓ=0,95g TZS=0,00g
SZERDA 2019.04.17.	Zöldtea-citrusos (13)*; Csirkemell sonka (1, 2, 4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Sárgarépakarikák;	Csurgatott tojásleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sült debreceni kolbász (4)*; Törtburgonya (5)*; Fejeskáposzta-saláta; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Kenőmájas; Sárgarépa; Kenyér 'Kukoricás' (1, 2)*;
	EN=286,06kcal FH=12,50g ZS=5,60g SZH=45,34g CK=9,80g SÓ=1,76g TZS=0,00g	EN=683,15kcal FH=20,88g ZS=33,43g SZH=66,20g CK=0,91g SÓ=3,32g TZS=0,00g	EN=296,40kcal FH=11,50g ZS=9,80g SZH=39,80g CK=0,88g SÓ=1,06g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2019.04.18.	Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2)*;	Zöldborsóleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Milánói szósz hússal (1)*; Spagetti (1)*; Sajt (2)*;	Tejfölös-túró (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Alma;
	EN=320,33kcal FH=13,20g ZS=8,99g SZH=50,12g CK=1,48g SÓ=0,17g TZS=0,00g	EN=701,92kcal FH=31,32g ZS=30,31g SZH=75,19g CK=2,39g SÓ=2,16g TZS=0,00g	EN=263,82kcal FH=12,58g ZS=4,72g SZH=41,64g CK=0,80g SÓ=0,54g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.04.19.			

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:

Iskola 'A'

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2019.04.22.			
KEDD 2019.04.23.	Tej (2)*; Metélőhagymás vajkrém (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*;	Sárgaborsóleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Alma;	Diákcsemege szalámi; Margarin 'Liga'; Zsemle (1)*;
	EN=334,00kcal FH=14,10g ZS=13,60g SZH=42,50g CK=1,28g SÓ=0,39g TZS=0,00g	EN=711,80kcal FH=23,32g ZS=10,33g SZH=132,74g CK=30,72g SÓ=1,48g TZS=0,00g	EN=258,03kcal FH=9,17g ZS=11,53g SZH=28,82g CK=0,76g SÓ=0,30g TZS=0,00g
SZERDA 2019.04.24.	Zöldtea-citrusos (13)*; Virsli; Ketchup (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Bakonyi betyárleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sajtós panírozott halfilé (1, 2, 3, 4, 9)*; Burgonyapüré (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Kefír (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=346,69kcal FH=13,44g ZS=12,46g SZH=43,67g CK=10,80g SÓ=1,74g TZS=0,00g	EN=790,44kcal FH=32,70g ZS=32,48g SZH=83,89g CK=2,41g SÓ=3,45g TZS=0,00g	EN=285,15kcal FH=10,00g ZS=8,35g SZH=41,20g CK=1,65g SÓ=0,17g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2019.04.25.	Gyümölcs tea 'Meggy' (13)*; Karottás tojáskrém (1, 2, 3, 11)*; Hosszú zsemle (1)*; Sárgarépa;	Tavaszi leves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Húsgombóc (3, 5)*; Paradicsommártás (1)*; Törzburgonya (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Lekvár; Teavaj (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;
	EN=282,00kcal FH=9,35g ZS=6,44g SZH=43,16g CK=9,76g SÓ=0,68g TZS=0,00g	EN=705,60kcal FH=24,58g ZS=24,75g SZH=89,76g CK=14,07g SÓ=3,20g TZS=0,00g	EN=319,71kcal FH=6,00g ZS=11,04g SZH=47,92g CK=0,80g SÓ=0,36g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.04.26.	Főzött kakaó (2)*; Margarin 'Delma'; Kenyér 'Kukoricás' (1, 2)*;	Karalábékrémleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sajt szórat (2)*; Mexikói csirkemáj ragu (5)*; Párolt rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Briós (1, 2)*; Alma;
	EN=330,32kcal FH=11,98g ZS=7,53g SZH=56,77g CK=10,94g SÓ=0,42g TZS=0,00g	EN=707,49kcal FH=33,31g ZS=19,44g SZH=98,17g CK=1,56g SÓ=3,27g TZS=0,00g	EN=292,00kcal FH=6,30g ZS=4,20g SZH=56,00g CK=1,75g SÓ=0,18g 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:

Iskola 'A'

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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2019.04.29.	Karamellás tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Marha erőleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Csikós tokány (1, 2, 5)*; Párolt rizs (5)*;	Csemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Alma;
	EN=273,03kcal FH=10,60g ZS=5,49g SZH=48,30g CK=13,65g SÓ=0,51g TZS=0,00g	EN=759,88kcal FH=25,58g ZS=38,93g SZH=73,83g CK=1,06g SÓ=2,81g TZS=0,00g	EN=323,52kcal FH=10,80g ZS=12,20g SZH=40,20g CK=0,80g SÓ=1,02g TZS=0,00g
KEDD 2019.04.30.	Tea 'Citromos' (13)*; Főtt tojás (3)*; Margarin 'Delma'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Sertésraguleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Amerikai palacsinta (1, 2, 3, 12)*; Csokoládés öntet (1, 2)*; Alma;	Lapkasajt (2)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Kukoricás' (1, 2)*;
	EN=288,87kcal FH=10,40g ZS=7,60g SZH=41,17g CK=9,86g SÓ=0,53g TZS=0,00g	EN=712,75kcal FH=25,58g ZS=25,06g SZH=61,23g CK=26,95g SÓ=2,16g TZS=0,00g	EN=314,72kcal FH=15,80g ZS=12,20g SZH=35,40g CK=0,88g SÓ=0,71g TZS=0,00g
SZERDA 2019.05.01.			
CSÜTÖRTÖK 2019.05.02.			
PÉNTEK 2019.05.03.			

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:

Iskola 'A'

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