

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2020.11.02.	Tejeskávé (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Frankfurti leves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Csirkemájás sertésragu (1, 5)*; Törtburgonya (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Céklasaláta (6)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;
	EN=184,45kcal FH=4,03g ZS=1,25g SZH=38,07g CK=11,63g SÓ=0,49g TZS=0,62g	EN=787,64kcal FH=27,75g ZS=34,48g SZH=78,14g CK=3,14g SÓ=5,07g TZS=2,27g	EN=232,35kcal FH=5,95g ZS=4,35g SZH=41,96g CK=0,36g SÓ=0,84g TZS=0,24g
KEDD 2020.11.03.	Tea 'Citromos'; Főtt tojás (3)*; Margarin 'Liga'; Zsemle (1)*;	Májgaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Paprikás sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Tökf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Briós (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=271,94kcal FH=9,25g ZS=7,34g SZH=38,09g CK=9,44g SÓ=0,89g TZS=2,39g	EN=564,50kcal FH=38,45g ZS=22,52g SZH=48,67g CK=13,15g SÓ=2,84g TZS=1,41g	EN=311,60kcal FH=6,01g ZS=5,25g SZH=58,52g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g
SZERDA 2020.11.04.	Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs'; Csemege szalámi; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Jégcsap retek;	Zöldborsóleves (1, 2, 3, 5)*; Húsos-paradicsomos rakott tészta (1, 2, 4)*; Alma;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=307,70kcal FH=9,45g ZS=13,05g SZH=37,37g CK=9,40g SÓ=1,78g TZS=5,16g	EN=716,99kcal FH=31,72g ZS=25,05g SZH=91,40g CK=10,17g SÓ=2,05g TZS=4,59g	EN=267,90kcal FH=9,06g ZS=9,30g SZH=36,03g CK=10,95g SÓ=0,54g TZS=5,63g
CSÜTÖRTÖK 2020.11.05.	Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Rizsleves (5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kiwi;	Csirkemell sonka (4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;
	EN=290,12kcal FH=12,08g ZS=7,34g SZH=42,96g CK=17,66g SÓ=0,65g TZS=4,07g	EN=752,81kcal FH=25,87g ZS=31,40g SZH=83,77g CK=5,93g SÓ=3,23g TZS=1,57g	EN=212,40kcal FH=12,18g ZS=5,45g SZH=28,77g CK=0,90g SÓ=1,90g TZS=1,80g
PÉNTEK 2020.11.06.	Tej (2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;	Burgonyagombóc leves (1, 2, 3, 5, 11)*; Fasírt (1, 3, 5)*; Spenót (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Fonott kalács (1, 2, 3)*;
	EN=303,20kcal FH=13,45g ZS=6,75g SZH=47,20g CK=11,86g SÓ=1,19g TZS=3,21g	EN=693,75kcal FH=25,58g ZS=30,72g SZH=72,00g CK=15,93g SÓ=3,20g TZS=3,17g	EN=284,23kcal FH=10,75g ZS=7,30g SZH=42,44g CK=9,86g SÓ=0,46g TZS=2,38g

**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
HÉTF 2020.11.09.	Tea 'Csipkebogyó'; Kockasajt (2)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Alma;	Sárgaborsógulyás (1, 2, 3, 5, 11)*; Pozsonyi kocka (1, 2, 3, 6, 8, 12, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Jégcsap retek;
	EN=305,40kcal FH=7,56g ZS=6,50g SZH=53,41g CK=9,88g SÓ=1,56g TZS=3,03g	EN=993,90kcal FH=33,14g ZS=34,13g SZH=134,22g CK=43,47g SÓ=1,67g TZS=2,82g	EN=266,00kcal FH=8,93g ZS=10,13g SZH=33,26g CK=0,64g SÓ=1,78g TZS=4,16g
KEDD 2020.11.10.	Tej (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*; Mandarin;	Tarhonyaleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Provanszi csirkemájragu (1, 5)*; Petrezselymes rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Csemege szalámi; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Burgonyás' (1, 13)*;
	EN=316,40kcal FH=12,20g ZS=7,66g SZH=48,39g CK=16,45g SÓ=0,64g TZS=4,29g	EN=610,39kcal FH=29,28g ZS=20,76g SZH=97,83g CK=2,02g SÓ=3,33g TZS=2,61g	EN=274,60kcal FH=7,92g ZS=12,88g SZH=30,90g CK=0,12g SÓ=1,78g TZS=5,16g
SZERDA 2020.11.11.	F zött kakaó (2, 4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Kigyóuborka;	Filézett halászlé (5, 9)*; Túrós tészta (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=233,45kcal FH=6,20g ZS=3,36g SZH=44,44g CK=10,84g SÓ=0,94g TZS=0,98g	EN=707,34kcal FH=34,15g ZS=22,65g SZH=92,88g CK=23,78g SÓ=4,50g TZS=3,89g	EN=305,12kcal FH=8,45g ZS=7,59g SZH=48,96g CK=22,41g SÓ=0,63g TZS=4,57g
CSÜTÖRTÖK 2020.11.12.	Tejeskávé (1, 2)*; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Rántott sajt 'Mirelit' (1, 2, 3)*; Burgonyapüré (2)*; Fejeskáposzta-saláta;	Csirkemell sonka (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*;
	EN=198,58kcal FH=4,79g ZS=1,31g SZH=40,59g CK=10,16g SÓ=0,60g TZS=0,39g	EN=625,86kcal FH=20,15g ZS=19,30g SZH=89,51g CK=21,61g SÓ=3,60g TZS=2,41g	EN=224,40kcal FH=11,32g ZS=6,96g SZH=29,36g CK=0,66g SÓ=1,84g TZS=2,04g
PÉNTEK 2020.11.13.	Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Hosszú zsemle (1)*;	Magyaros burgonyaleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rakott karfiol (1, 2, 3, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;	Alma; Sajtos pogácsa (1, 2)*;
	EN=356,97kcal FH=5,16g ZS=13,68g SZH=39,30g CK=10,36g SÓ=1,97g TZS=1,81g	EN=677,99kcal FH=33,15g ZS=28,11g SZH=73,74g CK=7,34g SÓ=2,89g TZS=5,52g	EN=308,10kcal FH=7,13g ZS=9,94g SZH=45,99g CK=1,26g SÓ=1,89g TZS=4,97g

**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=Szezámmag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt

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

	<b>Tízórai</b>	<b>Ebéd A</b>	<b>Uzsonna</b>
<b>HÉTF</b> 2020.11.16.	Gyümölcs tea 'Meggy'; Zöldf szeres halpástétom (9)*; Zsemle (1)*;	Csontleves csigatésztával (1, 2, 3, 5)*; Hagymás burgonya; Pince ragu (1)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Mandarin;	Alma; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Kockasajt (2)*;
	EN=313,95kcal FH=7,80g ZS=12,69g SZH=40,50g CK=9,28g SÓ=1,16g TZS=1,96g	EN=572,14kcal FH=27,22g ZS=14,76g SZH=76,38g CK=2,95g SÓ=2,98g TZS=1,21g	EN=263,82kcal FH=6,41g ZS=7,09g SZH=41,99g CK=6,16g SÓ=1,02g TZS=4,07g
<b>KEDD</b> 2020.11.17.	F zött kakaó (2, 4)*; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Székelykáposzta (1, 2, 3, 5, 6, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Házi körözött (2)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Alma;
	EN=186,63kcal FH=4,59g ZS=1,53g SZH=37,46g CK=10,16g SÓ=0,58g TZS=0,57g	EN=691,29kcal FH=32,64g ZS=39,51g SZH=51,00g CK=1,30g SÓ=7,56g TZS=1,07g	EN=245,11kcal FH=10,71g ZS=3,22g SZH=41,51g CK=0,16g SÓ=1,17g TZS=0,24g
<b>SZERDA</b> 2020.11.18.	Tej (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Kiwi;	Szárnyasgulyáslevés (1, 2, 3, 5, 11)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*;	Baromfi párizsi (1, 2, 4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;
	EN=326,52kcal FH=12,78g ZS=7,34g SZH=50,87g CK=17,66g SÓ=0,65g TZS=4,07g	EN=762,31kcal FH=25,47g ZS=16,13g SZH=125,91g CK=41,93g SÓ=1,42g TZS=1,29g	EN=247,60kcal FH=9,84g ZS=10,45g SZH=28,79g CK=0,36g SÓ=1,78g TZS=3,52g
<b>CSÜTÖRTÖK</b> 2020.11.19.	Tea 'Citromos'; Diákcsemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Rozs' (1)*;	Zellerkrémleves sárgarépakockával (1, 2, 5)*; Gombás sertésragu (1, 2, 5)*; Párolt rizs (5)*; Céklasaláta (6)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Diós kifli (1, 2, 3, 6)*;
	EN=307,54kcal FH=7,74g ZS=12,28g SZH=41,01g CK=9,50g SÓ=1,80g TZS=4,58g	EN=694,30kcal FH=25,53g ZS=31,99g SZH=96,24g CK=4,85g SÓ=4,59g TZS=1,78g	EN=291,20kcal FH=5,60g ZS=11,20g SZH=42,70g CK=2,80g SÓ=0,14g TZS=0,00g
<b>PÉNTEK</b> 2020.11.20.	Karamellás tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Csurgatott tojáslevés (1, 2, 3, 5, 11)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Kelkáposzta f zelék (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Margarin 'Delma' (2)*; Méz;
	EN=174,85kcal FH=3,53g ZS=1,16g SZH=36,77g CK=13,63g SÓ=0,47g TZS=0,60g	EN=512,84kcal FH=23,11g ZS=23,59g SZH=47,01g CK=1,77g SÓ=2,78g TZS=1,70g	EN=219,00kcal FH=4,96g ZS=4,56g SZH=40,92g CK=12,49g SÓ=0,89g TZS=1,20g

**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:**

**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
HÉTF 2020.11.23.	Zöldtea-citrusos; Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Dörgicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Amerikai palacsinta (1, 2, 3, 12)*; Vanília öntet (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=281,50kcal FH=9,30g ZS=10,20g SZH=37,69g CK=9,92g SÓ=1,72g TZS=4,16g	EN=680,67kcal FH=28,40g ZS=16,36g SZH=101,82g CK=34,92g SÓ=2,61g TZS=3,72g	EN=305,12kcal FH=8,45g ZS=7,59g SZH=48,96g CK=22,41g SÓ=0,63g TZS=4,57g
KEDD 2020.11.24.	Tejeskávé (1, 2)*; Margarin 'Liga'; Jégcsap retek; Zsemle (1)*;	Reszelt tésztaleves (1, 2, 3, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Gyümölcsmártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Lekvár; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Teavaj (2)*;
	EN=226,65kcal FH=5,35g ZS=3,07g SZH=42,63g CK=10,22g SÓ=0,75g TZS=1,05g	EN=689,42kcal FH=32,24g ZS=15,80g SZH=93,83g CK=35,41g SÓ=3,86g TZS=1,14g	EN=282,66kcal FH=5,36g ZS=10,46g SZH=42,15g CK=15,36g SÓ=0,87g TZS=7,08g
SZERDA 2020.11.25.	Tej (2)*; Dzsungel reggeliz hely (1)*;	Karfiollevés (1, 2, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Vegyes vágott (6)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Tejfölös-túró (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;
	EN=222,80kcal FH=10,06g ZS=4,41g SZH=35,20g CK=20,20g SÓ=0,50g TZS=2,34g	EN=735,56kcal FH=29,04g ZS=27,55g SZH=88,00g CK=7,14g SÓ=5,24g TZS=1,25g	EN=189,32kcal FH=11,02g ZS=3,32g SZH=28,50g CK=0,36g SÓ=1,02g TZS=0,24g
CSÜTÖRTÖK 2020.11.26.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;	Bazsalikomos paradicsomlevés (1, 3, 5)*; Rántott halfilé (1, 3, 9)*; Rizibizi (5)*; Befőtt 'Öszibarack';	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=298,60kcal FH=14,33g ZS=8,80g SZH=40,71g CK=11,91g SÓ=1,17g TZS=2,49g	EN=663,36kcal FH=25,25g ZS=16,80g SZH=122,92g CK=32,02g SÓ=3,85g TZS=1,98g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g
PÉNTEK 2020.11.27.	Gyümölcs tea 'Meggy'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Alföldileves (1, 2, 3, 5, 11)*; Chilisbab sertés hússal (1, 2, 3, 5, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kiwi;	Kockasajt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=355,16kcal FH=6,30g ZS=13,75g SZH=38,59g CK=10,56g SÓ=2,18g TZS=1,73g	EN=678,33kcal FH=34,97g ZS=21,06g SZH=82,39g CK=4,57g SÓ=2,14g TZS=1,02g	EN=258,60kcal FH=6,04g ZS=7,41g SZH=40,56g CK=4,95g SÓ=1,00g TZS=4,29g

**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
HÉTF 2020.11.30.	Zöldtea-citrusos; Kockasajt (2)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Alma;	Sertésraguleves (1, 2, 3, 5)*; Tejberizs (2)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés' (1)*;	Jégcsap retek; Margarin 'Liga'; Csemege szalámi; Kenyér 'Teljes kiörlés' (1)*;
	EN=275,40kcal FH=6,54g ZS=3,98g SZH=51,49g CK=9,16g SÓ=1,52g TZS=2,49g	EN=699,82kcal FH=26,09g ZS=23,23g SZH=109,61g CK=49,75g SÓ=1,84g TZS=4,81g	EN=267,80kcal FH=9,43g ZS=13,05g SZH=27,72g CK=0,42g SÓ=1,78g TZS=5,16g
KEDD 2020.12.01.	Tej (2)*; Magyaros vajkrém (2)*; Kigyóuborka; Kenyér 'Félbarna' (1)*;	Kassai burgonyaleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Romanobabf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés' (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*; Fasírt (1, 3, 5)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*;
	EN=324,80kcal FH=14,39g ZS=9,00g SZH=46,71g CK=12,28g SÓ=1,17g TZS=5,23g	EN=673,57kcal FH=24,11g ZS=29,70g SZH=77,10g CK=12,75g SÓ=2,84g TZS=2,05g	EN=286,00kcal FH=8,40g ZS=14,32g SZH=30,68g CK=0,26g SÓ=1,30g TZS=2,12g
SZERDA 2020.12.02.	Tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Kenyér 'Teljes kiörlés' (1)*; Céklasaláta (6)*; Rizseshús (5)*; BrokkolikréMLEVES sárgarépakockával (1, 2, 3, 5)*;	Házi körözött (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Lilahagyma;
	EN=284,90kcal FH=11,71g ZS=7,66g SZH=41,53g CK=16,45g SÓ=0,64g TZS=4,29g	EN=675,12kcal FH=25,49g ZS=31,06g SZH=93,41g CK=4,57g SÓ=4,73g TZS=1,36g	EN=228,35kcal FH=11,32g ZS=4,95g SZH=34,60g CK=2,34g SÓ=1,05g TZS=0,51g
CSÜTÖRTÖK 2020.12.03.	F zött kakaó (2, 4)*; Zsemle (1)*;	HúsgombócLEVES (1, 2, 3, 5)*; Sertés sült (5)*; Paradicsomos káposzta-f zelék (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés' (1)*;	Baromfi párizsi (1, 2, 4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés' (1)*; Jégcsap retek;
	EN=186,10kcal FH=4,54g ZS=0,84g SZH=38,84g CK=10,16g SÓ=0,64g TZS=0,51g	EN=659,25kcal FH=39,94g ZS=28,30g SZH=58,14g CK=16,89g SÓ=2,86g TZS=0,93g	EN=248,60kcal FH=9,95g ZS=10,45g SZH=28,36g CK=0,42g SÓ=1,78g TZS=3,52g
PÉNTEK 2020.12.04.	Tea 'Csipkebogyó'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Mustár (11)*; Hosszú zsemle (1)*;	Almaleves (1, 2)*; Csirke pörkölt (1, 2, 5)*; Galuska (1, 3)*; Fejeskáposzta-saláta; Kenyér 'Teljes kiörlés' (1)*;	Sajtos pogácsa (1, 2)*; Kiwi;
	EN=346,07kcal FH=5,50g ZS=14,14g SZH=39,05g CK=9,51g SÓ=1,91g TZS=1,83g	EN=788,69kcal FH=50,92g ZS=19,46g SZH=144,63g CK=26,29g SÓ=2,68g TZS=1,66g	EN=307,30kcal FH=7,35g ZS=9,94g SZH=45,50g CK=1,26g SÓ=1,89g TZS=4,97g

**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=Csillagfürt

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