

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.02.01.	Tejeskávé (1, 2)*; Fonottka (1, 2, 3)*;	Szárnyasraguleves (1, 2, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Tökf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;
	EN=510,20kcal FH=18,50g ZS=17,32g SZH=68,46g CK=35,66g SÓ=0,89g TZS=9,79g	EN=703,26kcal FH=38,05g ZS=37,00g SZH=49,98g CK=15,46g SÓ=2,89g TZS=1,20g	EN=232,35kcal FH=5,95g ZS=4,35g SZH=41,96g CK=0,36g SÓ=0,84g TZS=0,24g
KEDD 2021.02.02.	Kenyér 'Félbarna' (1)*; Tea 'Citromos'; Fttojás (3)*; Margarin 'Liga';	Tarhonyaleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Paprikás sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*; Céklasaláta (6, 15)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Briós (1, 2, 3)*; Mandarin;
	EN=291,69kcal FH=10,35g ZS=7,41g SZH=42,78g CK=10,06g SÓ=1,10g TZS=2,13g	EN=704,03kcal FH=32,20g ZS=25,30g SZH=79,84g CK=3,26g SÓ=4,63g TZS=2,60g	EN=305,90kcal FH=6,02g ZS=5,25g SZH=56,98g CK=16,45g SÓ=0,49g TZS=2,59g
SZERDA 2021.02.03.	Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs'; Csemege szalámi; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Jégcsap retek;	Sárgaborsógulyás (1, 2, 3, 5, 11)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Narancs;	Joghurt (2)*; Fonottka 'Napraforgómagos' (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=934,43kcal FH=32,46g ZS=40,96g SZH=103,81g CK=19,05g SÓ=1,30g TZS=1,24g	EN=329,40kcal FH=10,62g ZS=12,30g SZH=42,60g CK=12,00g SÓ=0,57g TZS=6,24g
CSÜTÖRTÖK 2021.02.04.	F zött kakaó (2, 4)*; 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=349,03kcal FH=11,23g ZS=10,10g SZH=51,45g CK=25,82g SÓ=0,61g TZS=5,78g	EN=760,13kcal FH=26,22g ZS=31,48g SZH=85,02g CK=6,43g SÓ=3,24g TZS=1,59g	EN=212,40kcal FH=12,18g ZS=5,45g SZH=28,77g CK=0,90g SÓ=1,90g TZS=1,80g
PÉNTEK 2021.02.05.	Tej (2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;	Májgaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; 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=788,96kcal FH=36,10g ZS=36,44g SZH=76,30g CK=16,52g SÓ=3,09g TZS=3,63g	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 2021.02.08.	Tea 'Csipkebogyó'; Kockasajt (2)*; Margarin 'Liga'; Jégcsap retek; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Alma; Húsos-paradicsomos rakott tészta (1, 2, 4)*; Zöldborsóleves (1, 2, 3, 5)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=295,90kcal FH=9,11g ZS=10,05g SZH=41,45g CK=9,46g SÓ=2,18g TZS=5,46g	EN=717,81kcal FH=31,77g ZS=25,05g SZH=91,55g CK=10,17g SÓ=2,05g TZS=4,59g	EN=305,12kcal FH=8,45g ZS=7,59g SZH=48,96g CK=22,41g SÓ=0,63g TZS=4,57g
KEDD 2021.02.09.	Tej (2)*; Molnárika (1, 2, 3)*; Mandarin;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Csirkemájás sertésragu (1, 5)*; Kukoricás rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Lapkasajt (2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Jégcsap retek;
	EN=316,40kcal FH=12,20g ZS=7,66g SZH=48,39g CK=16,45g SÓ=0,64g TZS=4,29g	EN=713,82kcal FH=28,64g ZS=25,96g SZH=109,53g CK=20,09g SÓ=3,36g TZS=1,52g	EN=318,50kcal FH=18,77g ZS=14,55g SZH=27,90g CK=0,36g SÓ=1,94g TZS=8,46g
SZERDA 2021.02.10.	F zött kakaó (2, 4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Galuska (1, 3)*;	Jégcsap retek; Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*;
	EN=330,91kcal FH=12,68g ZS=9,56g SZH=47,96g CK=20,08g SÓ=1,15g TZS=4,92g	EN=708,17kcal FH=41,89g ZS=15,36g SZH=143,97g CK=22,11g SÓ=2,87g TZS=1,83g	EN=266,00kcal FH=8,93g ZS=10,13g SZH=33,26g CK=0,64g SÓ=1,78g TZS=4,16g
CSÜTÖRTÖK 2021.02.11.	Tejeskávé (1, 2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Zsemle 'Négy magvas' (1, 12)*; Jégcsap retek;	Frankfurti leves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Burgonyapüré (2)*; Rántott sajt 'Mirelit' (1, 2, 3)*;	Csirkemell sonka (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*;
	EN=484,78kcal FH=19,14g ZS=16,64g SZH=62,60g CK=31,32g SÓ=1,16g TZS=8,93g	EN=703,63kcal FH=20,20g ZS=30,25g SZH=76,13g CK=3,34g SÓ=3,13g TZS=3,42g	EN=224,40kcal FH=11,32g ZS=6,96g SZH=29,36g CK=0,66g SÓ=1,84g TZS=2,04g
PÉNTEK 2021.02.12.	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 kelkáposzta (1, 2, 3)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Sajtos pogácsa (1, 2)*; Alma;
	EN=356,97kcal FH=5,16g ZS=13,68g SZH=39,30g CK=10,36g SÓ=1,97g TZS=1,81g	EN=763,72kcal FH=30,55g ZS=40,27g SZH=70,39g CK=1,93g SÓ=2,99g TZS=5,61g	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=Csillagfűrt

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.02.15.	F zött kakaó (2, 4)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Daragaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Pince ragu (1)*; Hagymás burgonya; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Mandarin;	Kockasajt (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=343,81kcal FH=10,86g ZS=10,41g SZH=50,02g CK=24,61g SÓ=0,60g TZS=6,00g	EN=758,11kcal FH=28,50g ZS=26,67g SZH=93,26g CK=3,07g SÓ=2,94g TZS=1,60g	EN=310,32kcal FH=8,01g ZS=10,59g SZH=44,12g CK=6,16g SÓ=1,64g TZS=6,32g
KEDD 2021.02.16.	Házi körözött (2)*; Tej (2)*; Zsemle (1)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Székelykáposzta (1, 2, 3, 5, 6, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Alma;
	EN=306,56kcal FH=17,84g ZS=7,02g SZH=41,79g CK=11,70g SÓ=1,16g TZS=2,57g	EN=700,67kcal FH=32,95g ZS=39,55g SZH=53,40g CK=1,30g SÓ=7,56g TZS=1,07g	EN=322,60kcal FH=8,34g ZS=12,64g SZH=42,26g CK=0,20g SÓ=1,42g TZS=1,88g
SZERDA 2021.02.17.	Tej (2)*; Fonottka (1, 2, 3)*; Kiwi;	Szárnyasgulyásleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Baromfi párizsi (1, 2, 4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kigyóuborka;
	EN=341,40kcal FH=12,65g ZS=8,10g SZH=53,41g CK=16,00g SÓ=0,66g TZS=4,20g	EN=837,80kcal FH=28,08g ZS=17,35g SZH=139,44g CK=42,11g SÓ=1,84g TZS=1,51g	EN=247,60kcal FH=9,84g ZS=10,45g SZH=28,79g CK=0,36g SÓ=1,78g TZS=3,52g
CSÜTÖRTÖK 2021.02.18.	Jégcsap retek; Tea 'Citromos'; Diákcsemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Rozs' (1)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Gombás sertésragu (1, 2, 5)*; Párolt rizs (5)*; Céklasaláta (6, 15)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Diós kifli (1, 2, 3, 6)*;
	EN=413,94kcal FH=11,89g ZS=21,73g SZH=41,70g CK=9,60g SÓ=2,60g TZS=8,38g	EN=758,53kcal FH=24,55g ZS=30,91g SZH=115,68g CK=24,59g SÓ=3,93g TZS=2,03g	EN=291,20kcal FH=5,60g ZS=11,20g SZH=42,70g CK=2,80g SÓ=0,14g TZS=0,00g
PÉNTEK 2021.02.19.	Karamellás tej (2)*; Kifli (1, 2)*;	Vágott tojásleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Zöldborsóf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Alma; Teavaj (2)*; Méz; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*;
	EN=292,45kcal FH=9,83g ZS=7,04g SZH=46,43g CK=23,29g SÓ=0,68g TZS=4,17g	EN=712,52kcal FH=34,94g ZS=28,18g SZH=71,64g CK=25,06g SÓ=2,88g TZS=3,77g	EN=321,36kcal FH=5,49g ZS=12,00g SZH=49,12g CK=12,49g SÓ=0,80g TZS=7,32g

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 2021.02.22.	Margarin 'Liga'; Zsemle (1)*; Tejeskávé (1, 2)*;	Dörögicsei csirkeraguleves (1, 2, 3, 5)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 8, 12, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;	Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Margarin 'Delma' (2)*; Csemege szalámi; Mandarin;
	EN=477,25kcal FH=18,60g ZS=15,90g SZH=63,19g CK=31,38g SÓ=1,21g TZS=8,87g	EN=774,24kcal FH=28,66g ZS=25,74g SZH=104,61g CK=20,11g SÓ=1,71g TZS=2,79g	EN=309,70kcal FH=8,47g ZS=12,88g SZH=38,60g CK=0,12g SÓ=1,84g TZS=5,16g
KEDD 2021.02.23.	Zöldtea-citrusos; Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Jégcsap retek;	Vegyes vágott (6, 15)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Karfiolleves (1, 2, 3, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Tejfölös-túró (2)*; Fonottka 'Napraforgómagos' (1, 2, 3)*;
	EN=288,50kcal FH=9,85g ZS=10,25g SZH=38,29g CK=9,92g SÓ=1,72g TZS=4,16g	EN=735,56kcal FH=29,04g ZS=27,55g SZH=88,00g CK=7,14g SÓ=5,24g TZS=1,25g	EN=346,24kcal FH=17,13g ZS=12,34g SZH=39,48g CK=6,00g SÓ=0,60g TZS=2,64g
SZERDA 2021.02.24.	Tej (2)*; Dzsungel reggeliz hely (1)*; Kifli (1, 2)*;	Alföldileves (1, 2, 3, 5, 11)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Gyümölcs mártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Lekvár; Teavaj (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;
	EN=349,65kcal FH=13,59g ZS=5,57g SZH=59,97g CK=21,83g SÓ=0,97g TZS=2,94g	EN=705,57kcal FH=32,16g ZS=16,68g SZH=95,08g CK=35,41g SÓ=3,88g TZS=1,45g	EN=308,46kcal FH=5,48g ZS=10,46g SZH=48,45g CK=15,78g SÓ=0,87g TZS=6,90g
CSÜTÖRTÖK 2021.02.25.	F zött kakaó (2, 4)*; Vajkrém (2)*; Kigyóuborka; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Bazsalikomos paradicsomleves (1, 3, 5)*; Rántott halfilé (1, 3, 9)*; Rizibizi (5)*; Befőtt 'Öszibarack';	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=357,51kcal FH=13,48g ZS=11,56g SZH=49,20g CK=20,07g SÓ=1,13g TZS=4,20g	EN=707,79kcal FH=26,56g ZS=16,95g SZH=132,13g CK=32,06g SÓ=3,85g TZS=1,99g	EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g
PÉNTEK 2021.02.26.	Gyümölcs tea 'Meggy'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Burgonyagombóc leves (1, 2, 3, 5, 11)*; Chilisbab sertés hússal (1, 2, 3, 5, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Kiwi;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=355,16kcal FH=6,30g ZS=13,75g SZH=38,59g CK=10,56g SÓ=2,18g TZS=1,73g	EN=703,71kcal FH=35,90g ZS=20,35g SZH=85,84g CK=5,31g SÓ=2,42g TZS=0,69g	EN=305,12kcal FH=8,45g ZS=7,59g SZH=48,96g CK=22,41g SÓ=0,63g TZS=4,57g

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=Csillagfűrt

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0