

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2021.05.03.	Tejeskávé (1, 2)*; Fonottka (1, 2, 3)*;	Sertésraguleves (1, 2, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Tökfőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Mogyorókrém (2, 6, 8)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Alma;
	EN=381,40kcal FH=11,60g ZS=10,88g SZH=57,88g CK=25,08g SÓ=0,66g TZS=5,88g	EN=785,58kcal FH=36,44g ZS=46,40g SZH=50,16g CK=15,24g 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 2021.05.04.	Tea 'Citromos'; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Fonottka (1, 2, 3)*; Paradicsom;	Tarhonyaleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Paprikás sertés szelet (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Törtburgonya (5)*; Céklasaláta (6, 15)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Fahéjas csiga (1, 2)*;
	EN=337,24kcal FH=8,62g ZS=11,81g SZH=45,63g CK=13,67g SÓ=0,88g TZS=4,52g	EN=714,48kcal FH=32,39g ZS=25,78g SZH=81,12g CK=3,28g SÓ=4,63g TZS=2,65g	EN=275,80kcal FH=3,78g ZS=10,78g SZH=40,53g CK=13,79g SÓ=0,49g TZS=5,46g
SZERDA 2021.05.05.	Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs'; Csemege szalámi; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Retek;	Frankfurti leves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=315,70kcal FH=9,90g ZS=13,00g SZH=38,77g CK=9,40g SÓ=1,78g TZS=5,16g	EN=856,90kcal FH=20,01g ZS=39,51g SZH=95,61g CK=18,79g SÓ=2,20g TZS=2,45g	EN=305,10kcal FH=9,54g ZS=9,30g SZH=44,43g CK=10,95g SÓ=0,54g TZS=5,63g
CSÜTÖRTÖK 2021.05.06.	Főzött kakaó (2, 4)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;	Rizsleves (5)*; Vadas aprópecsenye (1, 2, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Csirkemell sonka (4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Alma;
	EN=349,03kcal FH=11,23g ZS=10,10g SZH=51,45g CK=25,82g SÓ=0,61g TZS=5,78g	EN=723,73kcal FH=25,52g ZS=31,48g SZH=77,11g CK=6,43g SÓ=3,24g TZS=1,59g	EN=243,60kcal FH=12,16g ZS=5,40g SZH=36,32g CK=0,90g SÓ=1,90g TZS=1,80g
PÉNTEK 2021.05.07.	Tej (2)*; Kalácska (1, 2, 3)*;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Sült virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Spenót (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Paradicsom;
	EN=318,20kcal FH=12,79g ZS=8,25g SZH=47,50g CK=16,90g SÓ=0,67g TZS=4,53g	EN=767,73kcal FH=24,05g ZS=40,64g SZH=64,82g CK=15,28g SÓ=3,58g TZS=4,41g	EN=296,90kcal FH=8,36g ZS=12,74g SZH=35,86g CK=0,20g SÓ=1,42g TZS=1,88g

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 2021.05.10.	Tea 'Csipkebogyó'; Kockasajt (2)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Paradicsom;	Zöldborsóleves (1, 2, 3, 5)*; Húsos-paradicsomos rakott tészta (1, 2)*; Alma;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=300,40kcal FH=9,06g ZS=10,10g SZH=42,84g CK=9,46g SÓ=2,18g TZS=5,46g	EN=725,53kcal FH=31,28g ZS=25,54g SZH=90,02g CK=10,22g SÓ=2,69g TZS=4,70g	EN=305,12kcal FH=8,45g ZS=7,59g SZH=48,96g CK=22,41g SÓ=0,63g TZS=4,57g
KEDD 2021.05.11.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Zsemle (1)*; Paradicsom;	Paradicsomleves betűtészta (1, 3, 5)*; Csirkemájás sertésragu (1, 5)*; Kukoricás rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Lapkasajt (2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Kigyóuborka;
	EN=310,15kcal FH=13,35g ZS=8,78g SZH=43,47g CK=11,71g SÓ=0,97g TZS=2,57g	EN=713,82kcal FH=28,64g ZS=25,96g SZH=109,53g CK=20,09g SÓ=3,36g TZS=1,52g	EN=317,50kcal FH=18,72g ZS=14,55g SZH=28,15g CK=0,36g SÓ=1,94g TZS=8,46g
SZERDA 2021.05.12.	Főzött kakaó (2, 4)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Kigyóuborka;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Galuska (1, 3)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Kenőmájás (1, 2, 4)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Paradicsom;
	EN=330,91kcal FH=12,68g ZS=9,56g SZH=47,96g CK=20,08g SÓ=1,15g TZS=4,92g	EN=708,21kcal FH=41,89g ZS=15,36g SZH=143,97g CK=22,11g SÓ=2,87g TZS=1,83g	EN=270,50kcal FH=8,88g ZS=10,18g SZH=34,66g CK=0,64g SÓ=1,78g TZS=4,16g
CSÜTÖRTÖK 2021.05.13.	Tejeskávé (1, 2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Teljes kiörlésű zsemle (1, 2)*; Kigyóuborka;	Sárgaborsógulyás (1, 2, 3, 5, 11)*; Rántott sajt 'Mirelit' (1, 2, 3)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Csirkemell sonka (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Paradicsom;
	EN=340,50kcal FH=12,20g ZS=9,58g SZH=49,22g CK=20,58g SÓ=0,94g TZS=4,99g	EN=839,48kcal FH=36,10g ZS=32,18g SZH=95,79g CK=3,89g SÓ=2,89g TZS=2,40g	EN=235,90kcal FH=11,82g ZS=7,06g SZH=31,36g CK=0,66g SÓ=1,84g TZS=2,04g
PÉNTEK 2021.05.14.	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 kiörlésű' (1)*;	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=705,32kcal FH=30,21g ZS=36,90g SZH=63,61g 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=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2021.05.17.	Főzött kakaó (2, 4)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Daragaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Pince ragu (1)*; Hagymás burgonya; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Alma;	Kockasajt (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Paradicsom;
	EN=343,81kcal FH=10,86g ZS=10,41g SZH=50,02g CK=24,61g SÓ=0,60g TZS=6,00g	EN=763,81kcal FH=28,49g ZS=26,67g SZH=94,80g CK=3,07g SÓ=2,94g TZS=1,60g	EN=284,62kcal FH=8,03g ZS=10,69g SZH=37,72g CK=6,16g SÓ=1,64g TZS=6,32g
KEDD 2021.05.18.	Tej (2)*; Házi körözött (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Májgaluskaleves (1, 2, 3, 5)*; Szárnyas rizottó (5)*; Fejeskáposzta-saláta;	Zöldfűszeres halpástétom (9)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Kigyóuborka;
	EN=300,51kcal FH=18,82g ZS=7,09g SZH=40,17g CK=11,90g SÓ=1,36g TZS=2,49g	EN=756,12kcal FH=52,34g ZS=27,22g SZH=95,14g CK=8,54g SÓ=3,35g TZS=1,58g	EN=291,40kcal FH=8,36g ZS=12,69g SZH=34,71g CK=0,20g SÓ=1,42g TZS=1,88g
SZERDA 2021.05.19.	Tej (2)*; Fonottka (1, 2, 3)*;	Szárnyasgulyásleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (1, 6, 7, 8, 12, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Alma;	Baromfi párizsi (1, 2, 4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Paradicsom;
	EN=305,00kcal FH=11,95g ZS=8,10g SZH=45,50g CK=16,00g SÓ=0,66g TZS=4,20g	EN=810,20kcal FH=28,69g ZS=27,09g SZH=108,85g CK=19,94g SÓ=1,68g TZS=2,77g	EN=253,10kcal FH=9,84g ZS=10,50g SZH=29,94g CK=0,36g SÓ=1,78g TZS=3,52g
CSÜTÖRTÖK 2021.05.20.	Tea 'Citromos'; Diákcsemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Rozs' (1)*; Kigyóuborka;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Hentes tokány (1, 6, 15)*; Párolt rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Vegyes vágott (6, 15)*;	Diós kifli (1, 2, 3, 6)*;
	EN=313,54kcal FH=8,24g ZS=12,33g SZH=41,85g CK=9,50g SÓ=1,80g TZS=4,58g	EN=763,12kcal FH=24,80g ZS=30,76g SZH=115,28g CK=24,19g SÓ=4,55g TZS=2,31g	EN=291,20kcal FH=5,60g ZS=11,20g SZH=42,70g CK=2,80g SÓ=0,14g TZS=0,00g
PÉNTEK 2021.05.21.	Karamellás tej (2)*; Margarin 'Liga'; Teljes kiörlésű zsemle (1, 2)*;	Vágott tojásleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Zöldborsófőzelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*;	Teavaj (2)*; Méz; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Alma;
	EN=313,70kcal FH=10,66g ZS=8,88g SZH=45,97g CK=21,72g SÓ=0,91g TZS=4,64g	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=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2021.05.24.			
KEDD 2021.05.25.	Tejeskávét (1, 2)*; Margarin 'Liga'; Zsemle (1)*; EN=348,45kcal FH=11,70g ZS=9,46g SZH=52,61g CK=20,80g SÓ=0,98g TZS=4,96g	Karfiolleves (1, 2, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Csemege uborka (6, 15)*; EN=700,04kcal FH=28,05g ZS=27,35g SZH=82,25g CK=5,54g SÓ=4,94g TZS=1,22g	Csemege szalámi; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Paradicsom; EN=289,70kcal FH=8,48g ZS=12,98g SZH=33,74g CK=0,12g SÓ=1,84g TZS=5,16g
SZERDA 2021.05.26.	Tej (2)*; Margarin 'Liga'; Rozsos párna (1, 12)*; Paradicsom; EN=312,78kcal FH=13,24g ZS=8,99g SZH=44,02g CK=12,01g SÓ=0,96g TZS=3,47g	Alföldileves (1, 2, 3, 5, 11)*; Budapest szelet (5)*; Bulgur (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Sárgarépás káposztasaláta; EN=739,78kcal FH=36,11g ZS=21,91g SZH=88,51g CK=11,00g SÓ=3,93g TZS=1,97g	Kakaós csiga (1, 2)*; EN=292,60kcal FH=3,78g ZS=14,63g SZH=35,49g CK=12,53g SÓ=0,49g TZS=7,35g
CSÜTÖRTÖK 2021.05.27.	Főzött kakaó (2, 4)*; Vajkrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Kigyóuborka; EN=357,51kcal FH=13,48g ZS=11,56g SZH=49,20g CK=20,07g SÓ=1,13g TZS=4,20g	Bazsalikomos paradicsomleves (1, 3, 5)*; Rántott halfilé (1, 3, 9)*; Rizibizi (5)*; Befőtt 'Öszibarack'; EN=707,66kcal FH=26,56g ZS=16,95g SZH=132,11g CK=32,06g SÓ=3,85g TZS=1,99g	Lekvár; Teavaj (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; EN=308,46kcal FH=5,48g ZS=10,46g SZH=48,45g CK=15,78g SÓ=0,87g TZS=6,90g
PÉNTEK 2021.05.28.	Gyümölcs tea 'Meggy'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Hosszú zsemle (1)*; EN=356,97kcal FH=5,16g ZS=13,68g SZH=39,30g CK=10,36g SÓ=1,97g TZS=1,81g	Burgonyagombóc leves (1, 2, 3, 5, 11)*; Chilisbab sertés hússal (1, 2, 3, 5, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Alma; EN=741,34kcal FH=38,08g ZS=20,46g SZH=92,65g CK=5,39g SÓ=2,42g TZS=0,70g	Sajtkrém (2, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1)*; Kigyóuborka; EN=251,40kcal FH=9,62g ZS=9,17g SZH=32,71g CK=0,36g SÓ=1,89g TZS=5,76g

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