

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2019.12.02.	Poharas tej (2)*; Zsemle (1)*;	Alföldileves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Sertéspörkölt; Tökfőzelék (1, 2)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Lekváros bukta (1, 2, 3)*;
	EN=284,38kcal FH=11,00g ZS=6,19g SZH=44,08g CK=0,00g SÓ=0,70g TZS=0,05g	EN=729,87kcal FH=27,09g ZS=35,76g SZH=68,22g CK=11,82g SÓ=2,92g TZS=1,22g	EN=193,90kcal FH=5,60g ZS=3,50g SZH=35,00g CK=1,61g SÓ=0,15g TZS=0,00g
KEDD 2019.12.03.	Dobozos üdítő 'alma'; Margarin 'Liga' (13)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Jégcsap retek;	Paradicsomleves betűtésztaival (1, 3, 5)*; Szárnyas rizottó (5)*; Alma;	Túrós bukta (1, 2, 3)*;
	EN=271,20kcal FH=7,45g ZS=3,85g SZH=48,70g CK=20,00g SÓ=0,85g TZS=1,29g	EN=667,76kcal FH=26,53g ZS=17,38g SZH=94,64g CK=14,16g SÓ=2,80g TZS=0,07g	EN=162,00kcal FH=5,00g ZS=3,00g SZH=28,00g CK=1,75g SÓ=0,12g TZS=0,00g
SZERDA 2019.12.04.	Dobozos üdítő őszi-alma; Margarin 'Liga' (13)*; Csemege szalámi; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Chilisbab sertés hússal (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Alma; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Briós (1, 2)*;
	EN=378,80kcal FH=10,20g ZS=13,72g SZH=49,60g CK=12,00g SÓ=1,69g TZS=5,46g	EN=670,39kcal FH=35,38g ZS=20,59g SZH=79,54g CK=0,58g SÓ=2,41g TZS=0,29g	EN=242,20kcal FH=5,81g ZS=5,60g SZH=46,20g CK=8,40g SÓ=0,52g TZS=2,52g
CSÜTÖRTÖK 2019.12.05.	Poharas tej (2)*; Vajkrém (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Erdei gyümölcsleves (1, 2, 13)*; Magyaros sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Mandarin;	Sajtos pogácsa (1, 2, 3)*;
	EN=330,60kcal FH=14,26g ZS=11,32g SZH=39,50g CK=0,05g SÓ=0,92g TZS=0,42g	EN=561,69kcal FH=35,93g ZS=13,04g SZH=73,12g CK=13,53g SÓ=2,12g TZS=0,26g	EN=270,90kcal FH=6,65g ZS=9,94g SZH=37,59g CK=0,00g SÓ=1,89g TZS=4,97g
PÉNTEK 2019.12.06.	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Milánói szósz hússal (1)*; Spagetti (1)*; Sajt (2)*;	Kakaós csiga (1, 2, 3)*;
	EN=327,20kcal FH=8,56g ZS=7,72g SZH=54,10g CK=18,25g SÓ=1,01g TZS=4,43g	EN=665,59kcal FH=28,81g ZS=29,68g SZH=69,25g CK=2,36g SÓ=2,07g TZS=3,71g	EN=354,90kcal FH=6,16g ZS=14,70g SZH=47,60g CK=14,00g SÓ=0,91g TZS=7,70g

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 'B' - Bálint Sándor

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=Csillagfűt

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
SZOMBAT 2019.12.07.		Kertészleves (1, 3, 4, 5, 11)*; Paprikásburgonya hússal (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Céklasaláta; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	
		EN=707,58kcal FH=28,46g ZS=33,59g SZH=66,88g CK=0,68g SÓ=2,94g TZS=0,38g	
VASÁRNAP 2019.12.08.			

**Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk**



SULI - HOST VENDÉGLÁTÓ ÉS SZOLGÁLTATÓ KFT.

6724 Szeged, Kenyérvári út 4. Tel.: +36-62-542-015, Fax: +36-62-542-016

E-mail: mail@suli-host.hu

Étlap név:

Iskola 'B' - Bálint Sándor

Tápanyagtartalom: EN=Számitott 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, mag; 13=Kén-dioxid; 14=Csilagfürt

**Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0**

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2019.12.09.	Dobozos üdítő 'alma'; Kenőmájas; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Kigýúborka;	Gulyásleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (6)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Alma;	Briós (1, 2)*;
	EN=355,80kcal FH=11,40g ZS=11,05g SZH=50,11g CK=20,00g SÓ=1,72g TZS=4,37g	EN=889,01kcal FH=29,56g ZS=34,89g SZH=107,66g CK=15,48g SÓ=1,69g TZS=0,43g	EN=242,20kcal FH=5,81g ZS=5,60g SZH=46,20g CK=8,40g SÓ=0,52g TZS=2,52g
KEDD 2019.12.10.	Poharas tej (2)*; Sajtkrém (2)*; Zsemle (1)*;	Kelvirágkrémleves (1, 2)*; Debreceni aprópecsenye (4)*; Párolt rizs (5)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Joghurt (2)*; Fatörzskifli (1, 2)*;
	EN=358,38kcal FH=13,60g ZS=11,87g SZH=47,28g CK=0,00g SÓ=1,40g TZS=3,73g	EN=796,90kcal FH=26,78g ZS=34,57g SZH=87,12g CK=0,22g SÓ=3,21g TZS=1,30g	EN=273,12kcal FH=9,42g ZS=5,52g SZH=37,46g CK=4,50g SÓ=0,55g TZS=5,42g
SZERDA 2019.12.11.	Poharas tej (2)*; Mogorókrém; Kenyér 'Félbarna' (1, 2)*; Alma;	Gulyásleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	Sajtos pogácsa (1, 2, 3)*;
	EN=375,55kcal FH=11,97g ZS=9,83g SZH=57,90g CK=0,00g SÓ=0,90g TZS=0,00g	EN=802,29kcal FH=28,29g ZS=24,66g SZH=110,75g CK=30,48g SÓ=1,62g TZS=0,87g	EN=270,90kcal FH=6,65g ZS=9,94g SZH=37,59g CK=0,00g SÓ=1,89g TZS=4,97g
CSÜTÖRTÖK 2019.12.12.	Dobozos üdítő őszi-alma; Margarin 'Delma'; Kifli (1, 2)*;	Paradisomleves betűtáblával (1, 3, 5)*; Rántott halfilé (1, 3, 9)*; Burgonyapüré (2)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=278,10kcal FH=4,15g ZS=4,55g SZH=53,74g CK=12,00g SÓ=0,60g TZS=1,74g	EN=684,95kcal FH=26,15g ZS=21,17g SZH=92,07g CK=14,00g SÓ=2,72g TZS=1,59g	EN=327,20kcal FH=8,56g ZS=7,72g SZH=54,10g CK=18,25g SÓ=1,01g TZS=4,43g
PÉNTEK 2019.12.13.	Poharas tej (2)*; Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Fahéjas szilvaleves (1, 2)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Alma;	Kakaós csiga (1, 2, 3)*;
	EN=333,00kcal FH=12,55g ZS=11,25g SZH=44,23g CK=0,00g SÓ=1,12g TZS=3,15g	EN=591,90kcal FH=35,89g ZS=13,28g SZH=79,99g CK=15,37g SÓ=1,82g TZS=0,34g	EN=354,90kcal FH=6,16g ZS=14,70g SZH=47,60g CK=14,00g SÓ=0,91g TZS=7,70g

**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 'B' - Bálint Sándor

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=Csílagfűrt

**Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0**

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
SZOMBAT 2019.12.14.		Bakonyi betyárleves (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Túrós bukta (1, 2, 3)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	
		EN=749,04kcal FH=28,72g ZS=25,38g SZH=96,43g CK=5,22g SÓ=2,03g TZS=0,21g	
VASÁRNAP 2019.12.15.			

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 'B' - Bálint Sándor

Tápanyagtartalom: EN=Számitott 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

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTFŐ 2019.12.16.	Diákcsemege szalámi; Margarin 'Liga' (13)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Alma;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Paprikásburgonya hússal (1 2, 3, 4, 5, 11)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*; Alma;	Joghurt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=333,80kcal FH=10,12g ZS=13,94g SZH=40,90g CK=0,00g SÓ=1,89g TZS=4,68g	EN=711,30kcal FH=29,54g ZS=31,14g SZH=72,67g CK=0,55g SÓ=3,01g TZS=0,37g	EN=295,20kcal FH=9,54g ZS=9,12g SZH=42,60g CK=2,00g SÓ=0,93g TZS=5,28g
KEDD 2019.12.17.	Dobozos üdítő 'alma'; Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Csontleves csigatésztával (1, 3, 5)*; Csirkemájás sertésragu (5)*; Párolt rizs (5)*; Alma;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2)*;
	EN=293,20kcal FH=6,05g ZS=5,73g SZH=54,13g CK=20,00g SÓ=1,12g TZS=3,18g	EN=666,79kcal FH=23,52g ZS=24,38g SZH=81,59g CK=0,73g SÓ=2,78g TZS=0,05g	EN=305,12kcal FH=8,44g ZS=4,12g SZH=48,96g CK=20,75g SÓ=0,63g TZS=4,57g
SZERDA 2019.12.18.	Poharas tej (2)*; Házi körözött (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlésű' (1, 2)*;	BrokkolikréMLEVES sárgarépakockával (1, 2, 5)*; Rántott csirkecombfilé (1, 2, 3, 5)*; Burgonyapüré (2)*; Alma;	Lekváros bukta (1, 2, 3)*;
	EN=350,87kcal FH=20,14g ZS=10,46g SZH=40,08g CK=0,00g SÓ=1,11g TZS=0,42g	EN=667,26kcal FH=33,56g ZS=19,19g SZH=86,03g CK=0,37g SÓ=2,88g TZS=1,54g	EN=193,90kcal FH=5,60g ZS=3,50g SZH=35,00g CK=1,61g SÓ=0,15g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2019.12.19.	Dobozos üdítő őszi-alma; Kenőmájás; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*; Kigyóuborka;	Szárnyasraguleves (1, 3, 4, 5, 11)*; Mákos metélt (1)*; Mákos cukor (6)*;	Pizzás csiga (1, 2)*;
	EN=388,40kcal FH=10,14g ZS=12,59g SZH=56,41g CK=12,00g SÓ=1,90g TZS=4,16g	EN=706,49kcal FH=29,59g ZS=25,12g SZH=86,42g CK=15,34g SÓ=1,30g TZS=0,26g	EN=235,90kcal FH=5,60g ZS=11,20g SZH=28,70g CK=0,00g SÓ=0,63g TZS=0,00g
PÉNTEK 2019.12.20.	Poharas tej (2)*; Kalácska (1, 2, 3)*;	Sárgaborsógulyás (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Ízes fánk (1, 2, 3)*;	Sajtos pogácsa (1, 2, 3)*;
	EN=332,20kcal FH=11,84g ZS=10,10g SZH=46,60g CK=5,40g SÓ=0,42g TZS=2,28g	EN=764,81kcal FH=27,47g ZS=22,96g SZH=107,04g CK=31,22g SÓ=1,37g TZS=0,05g	EN=270,90kcal FH=6,65g ZS=9,94g SZH=37,59g CK=0,00g 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 'B' - Bálint Sándor

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