

02.01

Szerda

Tej		Citromos tea		Zöldbableves		Zöldbableves		Nap mint nap gyümölcsjoghurt		Hüsgombóc	
Sajt uzsi		Búzakorp.d.rúd		Brokkolis sertés szelet		Spagetti carbonara		Briós kicsi		Paradicsommártás	
Delma margarin		Zöldfűszeres halpástétom		Petrezselymes burgonya		Sajt szórat kicsi		Törtburgonya 1/2 adag		Kenyér ebéd	
Barna zsemle		Teljes kiörl.kenyér ebéd		Teljes kiörl.kenyér ebéd		Telj.kiörl.kenyér ebéd kicsi					
Jégcsap retek											
Energia: 437,52kcal		Energia: 336,19kcal		Energia: 809,66kcal		Energia: 39,51g		Energia: 895,87kcal		Energia: 341,7kcal	
Zsír: 25,3g		Zsír: 17,15g		Zsír: 27,83g		Zsír: 89,71g		Zsír: 36,7g		Zsír: 5,3g	
Szőnh.: 46,96g		Szőnh.: 37,66g		Szőnh.: 37,66g		Szőnh.: 103,79g		Szőnh.: 103,79g		Szőnh.: 63g	
Só: 1,07g		Só: 0,82g		Só: 0,82g		Só: 3,01g		Cukor: 1,8g		Cukor: 16,16g	
Cukor: 0,88g		Cukor: 10,82g		Cukor: 1,89g		Cukor: 1,8g		Cukor: 1,8g		Cukor: 16,2g	
(*)Allergének: 1,2		(*)Allergének: 1,2,13		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,6,8	
Fehérje: 25,3g		Fehérje: 8,8g		Fehérje: 8,8g		Fehérje: 39,51g		Fehérje: 36,15g		Fehérje: 8,5g	
Szőnh.: 46,96g		Szőnh.: 37,66g		Szőnh.: 37,66g		Szőnh.: 89,71g		Szőnh.: 103,79g		Szőnh.: 63g	
Só: 1,07g		Só: 0,82g		Só: 0,82g		Só: 3,01g		Só: 1,8g		Só: 0,2g	
Cukor: 0,88g		Cukor: 10,82g		Cukor: 1,89g		Cukor: 1,8g		Cukor: 1,8g		Cukor: 16,16g	
(*)Allergének: 1,2		(*)Allergének: 1,2,13		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,6,8	
Energia: 510,76kcal		Energia: 227,61kcal		Energia: 803,9kcal		Energia: 43,44g		Energia: 963,16kcal		Energia: 756,16kcal	
Zsír: 13,58g		Zsír: 5,15g		Zsír: 26,67g		Zsír: 94,24g		Zsír: 45,24g		Zsír: 25,93g	
Szőnh.: 82,16g		Szőnh.: 37,15g		Szőnh.: 37,15g		Szőnh.: 123,57g		Szőnh.: 92,97g		Szőnh.: 98,36g	
Só: 1,17g		Só: 2,04g		Só: 2,04g		Só: 2,79g		Só: 0,84g		Só: 2,28g	
Cukor: 12,28g		Cukor: 10,76g		Cukor: 13,91g		Cukor: 0,84g		Cukor: 0,84g		Cukor: 16,2g	
(*)Allergének: 1,2		(*)Allergének: 1,2,4,13		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,5	
Fehérje: 20,26g		Fehérje: 12,27g		Fehérje: 803,9kcal		Fehérje: 43,44g		Fehérje: 40,23g		Fehérje: 16,1g	
Szőnh.: 82,16g		Szőnh.: 37,15g		Szőnh.: 37,15g		Szőnh.: 94,24g		Szőnh.: 92,97g		Szőnh.: 47,42g	
Só: 1,17g		Só: 2,04g		Só: 2,04g		Só: 2,79g		Só: 0,84g		Só: 0,48g	
Cukor: 12,28g		Cukor: 10,76g		Cukor: 13,91g		Cukor: 0,84g		Cukor: 0,84g		Cukor: 1,48g	
(*)Allergének: 1,2		(*)Allergének: 1,2,4,13		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2	
Energia: 314,56kcal		Energia: 246,9kcal		Energia: 873,52kcal		Energia: 33,51g		Energia: 798,85kcal		Energia: 25,64g	
Zsír: 13,22g		Zsír: 6,9g		Zsír: 26,2g		Zsír: 123,57g		Zsír: 20,74g		Zsír: 25,93g	
Szőnh.: 36,79g		Szőnh.: 39,9g		Szőnh.: 39,9g		Szőnh.: 123,57g		Szőnh.: 103,34g		Szőnh.: 98,36g	
Só: 1,1g		Só: 0,24g		Só: 0,24g		Só: 3,34g		Só: 0,8g		Só: 2,28g	
Cukor: 10,81g		Cukor: 0,36g		Cukor: 1g		Cukor: 3,34g		Cukor: 0,76g		Cukor: 16,2g	
(*)Allergének: 1,2,12,13		(*)Allergének: 1,2		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,5	
Fehérje: 11,9g		Fehérje: 11,4g		Fehérje: 873,52kcal		Fehérje: 33,51g		Fehérje: 38,19g		Fehérje: 4,77g	
Szőnh.: 36,79g		Szőnh.: 39,9g		Szőnh.: 39,9g		Szőnh.: 123,57g		Szőnh.: 103,34g		Szőnh.: 38,56g	
Só: 1,1g		Só: 0,24g		Só: 0,24g		Só: 3,34g		Só: 0,8g		Só: 0,3g	
Cukor: 10,81g		Cukor: 0,36g		Cukor: 1g		Cukor: 3,34g		Cukor: 0,76g		Cukor: 1,52g	
(*)Allergének: 1,2,12,13		(*)Allergének: 1,2		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2	
Energia: 510,76kcal		Energia: 227,61kcal		Energia: 803,9kcal		Energia: 43,44g		Energia: 963,16kcal		Energia: 756,16kcal	
Zsír: 13,58g		Zsír: 5,15g		Zsír: 26,67g		Zsír: 94,24g		Zsír: 45,24g		Zsír: 25,93g	
Szőnh.: 82,16g		Szőnh.: 37,15g		Szőnh.: 37,15g		Szőnh.: 94,24g		Szőnh.: 92,97g		Szőnh.: 47,42g	
Só: 1,17g		Só: 2,04g		Só: 2,04g		Só: 2,79g		Só: 0,84g		Só: 2,28g	
Cukor: 12,28g		Cukor: 10,76g		Cukor: 13,91g		Cukor: 0,84g		Cukor: 0,84g		Cukor: 1,48g	
(*)Allergének: 1,2		(*)Allergének: 1,2,4,13		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,5	
Fehérje: 20,26g		Fehérje: 12,27g		Fehérje: 803,9kcal		Fehérje: 43,44g		Fehérje: 40,23g		Fehérje: 16,1g	
Szőnh.: 82,16g		Szőnh.: 37,15g		Szőnh.: 37,15g		Szőnh.: 94,24g		Szőnh.: 92,97g		Szőnh.: 47,42g	
Só: 1,17g		Só: 2,04g		Só: 2,04g		Só: 2,79g		Só: 0,84g		Só: 0,48g	
Cukor: 12,28g		Cukor: 10,76g		Cukor: 13,91g		Cukor: 0,84g		Cukor: 0,84g		Cukor: 1,48g	
(*)Allergének: 1,2		(*)Allergének: 1,2,4,13		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11		(*)Allergének: 1,2,3,5	

Ebéd A

ÉTLAP

Ebéd B

Reggeli

Tízórai

Ebéd A

Ebéd B

Vacsora

02.04	Citromos tea	Tej	Olasz zöldségleves gyufatésztával		Joghurt		Göngyölt sertés szelet	
	Magyaros sajtkrém	Kifli	Sült virsli		Lennmagos kenyér		Mexikói saláta köret	
	Rozskenyér		Burgonyafőzelék				Kenyér ebéd kicsi	
	Zöldpaprika		Telj.kiörl.kenyér ebéd kicsi					
Szombat								

Energia:	366,95kcal	Fehérje:	11,5g	Energia:	264,87kcal	Fehérje:	13,3g	Energia:	859,57kcal	Fehérje:	30,01g	Energia:	351kcal	Fehérje:	13,5g	Energia:	737,8kcal	Fehérje:	42,42g
Zsír:	7,8g	Szénh.:	63,05g	Zsír:	7,29g	Szénh.:	40,8g	Zsír:	37,61g	Szénh.:	90,2g	Zsír:	7,8g	Szénh.:	56,1g	Zsír:	27,34g	Szénh.:	75,98g
Cukor:	11,28g	Só:	1,13g	Cukor:	1,65g	Só:	0,51g	Cukor:	6,92g	Só:	4,82g	Cukor:	1,17g	Só:	0,54g	Cukor:	5,65g	Só:	2,44g
(*)Allergének: 1,2,13				(*)Allergének: 1,2				(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11				(*)Allergének: 1,2				(*)Allergének: 1,2,3,5,11			

02.05	Citromos tea	Tej	Szármaggyúásleves	Briók kicsi	Rakott kelkáposzta
	Csirkemell sonka	Kukorica Flakes 40g	Natúr sertés szelet	Narancs	Tej,kiörl.kenyér ebéd kicsi
	Rozskenyér		Zöldborsófőzelék		
	Liga margarin		Tej,kiörl.kenyér ebéd kicsi		
	Kígyó uborka				
Vasárnap					

Energia:	369,79kcal	Fehérje:	16,2g	Energia:	822,88kcal	Fehérje:	57,59g	Energia:	312,2kcal	Fehérje:	7,7g	Energia:	641,25kcal	Fehérje:	33,39g
Zsír:	7,1g	Szénh.:	61,35g	Zsír:	22,26g	Szénh.:	95,17g	Zsír:	4,2g	Szénh.:	58,8g	Zsír:	26,73g	Szénh.:	62,24g
Cukor:	11,28g	Só:	2,29g	Cukor:	13,84g	Só:	2,58g	Cukor:	1,75g	Só:	0,18g	Cukor:	0,5g	Só:	1,15g
(*)Allergének: 1,2,4,13				(*)Allergének: 1,2,3,4,5,11				(*)Allergének: 1,2				(*)Allergének: 1,2,3			

SULI-HOST KFT.
1132 Budapest, Kenyérgyári út 1.
Adószám: 11321230-006
Belföldi forgalom
Számla: 11321230-006

Jó étvágyat kívánunk !

Reggeli

- 02.06

Citromos tea
- Hétfő

Zala felvágott

Liga margarin

Magvas kenyér

Jégsap retek

Tízórai

- Tej

Zabpelyhes zsemle

Ebéd A

- Hargitai burgonyaleves

Sajtos spagetti

Sajt szorát

Tejföl

Teljes kiőrl.kenyér ebéd

Alma

Ebéd B

- Hargitai burgonyaleves

Sertéspörkölt

Sárgaborsófőzelék

Teljes kiőrl.kenyér ebéd

Uzsonna

- Nap mint nap gyümölcsjoghurt

Molnárika

Vacsora

- Provanszi csirkemájragu

Rizibizi

Energia: 447,99kcal Zsír: 16,7g Cukor: 11,42g (*)Allergének: 1,4,12,13	Fehérje: 16,5g Szénh.: 58,65g Só: 1,68g	Energia: 275,1kcal Zsír: 6,53g Cukor: 0,76g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 13,77g Szénh.: 44,15g Só: 0,29g	Energia: 816,23kcal Zsír: 23,94g Cukor: 1,11g (*)Allergének: 1,2,5	Fehérje: 26,7g Szénh.: 119,97g Só: 2,29g (*)Allergének: 1,2,5	Energia: 899,22kcal Zsír: 36,58g Cukor: 1,87g (*)Allergének: 1,2,5	Fehérje: 43,29g Szénh.: 92,83g Só: 2,92g (*)Allergének: 1,2,3,6,8	Energia: 286,55kcal Zsír: 4,95g Cukor: 16,06g (*)Allergének: 1,2,3,6,8	Fehérje: 7,7g Szénh.: 50,6g Só: 0,19g (*)Allergének: 1,5	Energia: 604,58kcal Zsír: 17,9g Cukor: 0,85g (*)Allergének: 1,5	Fehérje: 29,34g Szénh.: 81,2g Só: 1,84g
---	---	---	--	---	--	---	--	---	---	--	---

02.07	Főzött kakaó	Citromos tea	Marha erőleves	Marha erőleves	Kockasajt	Natúr sertés szelet
	Fokh-petr. vajkrém	Kenőmájás	Sült csirkecomb	Rizseshús	Császár zsemle	Meggy mártás
Kedd	Kenyér uzsonna	Négy magv.zsemle	Törtburgonya	Csemege uborka ebédhez	Alma	Törtburgonya 1/2 adag
	Sárgarépakarikák	Párolt zöldség 1/2adag	Teljes kiőrl.kenyér ebéd	Teljes kiőrl.kenyér ebéd		Kenyér ebéd
	Jégsap retek					

Energia: 514,98kcal Zsír: 13,54g Cukor: 12,26g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 18,98g Szénh.: 83,14g Só: 0,47g	Energia: 328,31kcal Zsír: 13,09g Cukor: 10,77g (*)Allergének: 1,12,13	Fehérje: 12,3g Szénh.: 40,33g Só: 1,14g	Energia: 867,39kcal Zsír: 19,52g Cukor: 1,31g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérje: 48,72g Szénh.: 111,7g Só: 3,35g	Energia: 852,41kcal Zsír: 34,06g Cukor: 1,44g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérje: 27,65g Szénh.: 106,42g Só: 3,27g (*)Allergének: 1,2	Energia: 334,91kcal Zsír: 13,5g Cukor: 0g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 10g Szénh.: 41,8g Só: 0,35g	Energia: 649,53kcal Zsír: 11,96g Cukor: 21,65g (*)Allergének: 1,2,5,13	Fehérje: 31,07g Szénh.: 97,09g Só: 1,97g
--	--	--	---	--	--	--	---	---	--	---	--

02.08	Tej	Joghurt	Korianderes csirke raguleves	Korianderes csirke raguleves	Lekvár	Vadas aprópecsenye
	Toast sonka	Búzakorp.d.rúd	Tojásfelfújt	Mákos metélt	Kenyér uzsonna	Szarvacska
Szerda	Delma margarin		Spenót fagy.	Mákos cukor		
	Zsemle	Teljes kiőrl.kenyér ebéd	Teljes kiőrl.kenyér ebéd	Alma		
	Mandarin	Rétes				

Energia: 375,65kcal Zsír: 10,83g Cukor: 0,83g (*)Allergének: 1,2,4	Fehérje: 21,87g Szénh.: 50,9g Só: 1,49g	Energia: 227,14kcal Zsír: 8,15g Cukor: 0,82g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 8,8g Szénh.: 32,01g Só: 0,26g	Energia: 754,14kcal Zsír: 26,4g Cukor: 8,1g (*)Allergének: 1,2,3,5	Fehérje: 42,71g Szénh.: 81,53g Só: 2,42g	Energia: 820,37kcal Zsír: 25,86g Cukor: 17,83g (*)Allergének: 1,2,5	Fehérje: 35,65g Szénh.: 108,84g Só: 1,45g (*)Allergének: 1,2,5	Energia: 343,65kcal Zsír: 0,9g Cukor: 1,26g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 9g Szénh.: 73,7g Só: 0,47g	Energia: 729,53kcal Zsír: 33,74g Cukor: 2,5g (*)Allergének: 1,2,11	Fehérje: 27,67g Szénh.: 77,39g Só: 1,07g
---	---	--	--	---	--	--	---	---	---	---	--

02.09	Erdei gyümölcsízű tea	Tej	Tejszínes cukkinkrémleves	Tejszínes cukkinkrémleves	Kefir	Citromos tea
	Petr.tejfőlsturó	Dzsungel reggeliző pehely	Bakonyi halragu	Rántott csirkemell mir.	Briós kicsi	Hot-Dog
Csütörtök	Kifli		Galuska (mirelit)	Petrezselymes burgonya		
	Lilahagyma	Teljes kiőrl.kenyér ebéd	Teljes kiőrl.kenyér ebéd	Teljes kiőrl.kenyér ebéd		
		Alma		Céklasaláta vás.		

Energia: 278,86kcal Zsír: 5,99g Cukor: 11,65g (*)Allergének: 1,2,13	Fehérje: 13,28g Szénh.: 42,85g Só: 0,78g	Energia: 246,91kcal Zsír: 6,9g Cukor: 0,36g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 11,4g Szénh.: 39,9g Só: 0,24g	Energia: 912,72kcal Zsír: 18,32g Cukor: 1,1g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,9,11	Fehérje: 46,22g Szénh.: 131,18g Só: 2,67g	Energia: 780,6kcal Zsír: 15,64g Cukor: 5,63g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérje: 28,59g Szénh.: 119,44g Só: 4g	Energia: 340,31kcal Zsír: 8,7g Cukor: 1,75g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 10,8g Szénh.: 53,6g Só: 0,18g	Energia: 642,57kcal Zsír: 26,56g Cukor: 11,52g (*)Allergének: 1,11,13	Fehérje: 26,74g Szénh.: 70,89g Só: 3,28g
--	--	---	--	---	---	---	--	---	--	--	--

02.10	Tej	Citromos tea	Burgonyagombóc leves mir.	Burgonyagombóc leves mir.	Joghurt	Danone K+F gyüm.jogh.
	Tojáskrém	Csavart kifli	Fasírt	Lecsós sertésragu	Sajtós kifli	Sajtos kifli
	Lenmagos kenyér	Liga margarin	Tökfőzelék	Párolt rizs	Pizzás táska	Pizzás táska
Péntek	Jégsap retek		Körte	Vegyes vágott	Majkrém hidegcsomagba	
		Teljes kiőrl.kenyér ebéd	Teljes kiőrl.kenyér ebéd	Telj.kiőrl.kenyér ebéd kicsi		

Energia: 539,45kcal Zsír: 20,32g Cukor: 1,17g (*)Allergének: 1,2,3,11	Fehérje: 23,45g Szénh.: 66,22g Só: 0,76g	Energia: 226,29kcal Zsír: 3,9g Cukor: 10,82g (*)Allergének: 1,2,13	Fehérje: 5,5g Szénh.: 41,5g Só: 0,35g	Energia: 808,59kcal Zsír: 33,35g Cukor: 6,43g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérje: 25,01g Szénh.: 96,62g Só: 3,15g	Energia: 964,99kcal Zsír: 35,6g Cukor: 2,1g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérje: 29,29g Szénh.: 128,77g Só: 3,46g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Energia: 309,33kcal Zsír: 9,99g Cukor: 1,48g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 10,2g Szénh.: 45,12g Só: 0,17g	Energia: 692,04kcal Zsír: 34,67g Cukor: 18,04g (*)Allergének: 1,2,3,4,6	Fehérje: 20,74g Szénh.: 74,6g Só: 1,8g
--	--	---	---	--	--	--	--	--	---	--	--

Reggeli

Citromos tea
Magyaros sajtkrém
Kenyér uzsonna

Tízórai

Tej
Kifli

Ebéd A

Daragombóclevés
Párolt s.szelet
Paradicsomos káposzta - főzelék
Teljes kiőrl.kenyér ebéd
Müzli szelet

Ebéd B

Daragombóclevés
Párolt s.szelet
Paradicsomos káposzta - főzelék
Teljes kiőrl.kenyér ebéd
Müzli szelet

Uzsonna

Kockasajt
Zsemle
Narancs

Vacsora

Halpaprikás
Szarvacska
Kenyér ebéd

Energia: 361,25kcal Zsír: 6,9g Cukor: 11,26g (*)Allergének: 1,2,13	Fehérje: 11,8g Szénh.: 63,05g Só: 1,07g	Energia: 264,87kcal Zsír: 7,29g Cukor: 1,65g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 13,3g Szénh.: 40,8g Só: 0,51g	Energia: 756,13kcal Zsír: 20,66g Cukor: 22,3g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,6,8,11,12,13	Fehérje: 37,34g Szénh.: 101,18g Só: 2,91g	Energia: 335,91kcal Zsír: 12,53g Cukor: 0,76g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 11,17g Szénh.: 41,82g Só: 0,64g (*)Allergének: 1,2,5,9	Energia: 661,89kcal Zsír: 13,56g Cukor: 1,08g (*)Allergének: 1,2,5,9	Fehérje: 37,42g Szénh.: 95,48g Só: 1,26g
---	---	--	--	--	---	---	--	---	--

02.12	Citromos tea Főtt virsli Mustár Hosszú zsemle	Tej Zsemle	Olasz zöldségleves gyufatésztával Sült csirkecomb Törtburgonya Telj.kiörl.kenyér ebéd kiesi	Kefir Molnárka Alma	Sertéspörkölt Zöldbabfőzelék Kenyér ebéd
-------	--	---------------	--	---------------------------	--

Energia: 354,88kcal Zsír: 14,21g Cukor: 10,76g (*)Allergének: 1,11,13	Fehérje: 14,07g Szénh.: 40,89g Só: 1,69g	Energia: 273,51kcal Zsír: 6,53g Cukor: 0,76g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 13,77g Szénh.: 43,62g Só: 0,29g	Energia: 754,22kcal Zsír: 18,19g Cukor: 7,31g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérje: 45,17g Szénh.: 90,32g Só: 3,07g	Energia: 328,55kcal Zsír: 8,35g Cukor: 1,65g (*)Allergének: 1,2,3	Fehérje: 10g Szénh.: 51g Só: 0,17g (*)Allergének: 1,2	Energia: 660,29kcal Zsír: 32,35g Cukor: 5,15g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 31,4g Szénh.: 57,55g Só: 1,78g
--	--	--	--	--	--	--	--	---	---

ÖZEPISK KFT.
6724 Ságod, Kenyér- és Élelmiszeripari
Létesítmény
Levegőutcai út 110-113-114-115
Telefon: 06-30-977-0000000

Jó étvágyat kívánunk!

Reggeli

- 02.18
- Citromos tea
- Zala felvágott
- Kenyér uzsonna
- Kigyó uborka

Tízórai

- Tej
- Szezámnapos kifli

Ebéd A

- Tavaszi leves
- Csirkemáj rizottó
- Teljes kiőrl.kenyér ebéd

ÉTLAP

Ebéd B

Uzsonna

- Sajt uzsi
- Zsemle

Vacsora

- Chilisbab
- Alma
- Kenyér ebéd

Energia: 399,95kcal Zsír: 9,4g Cukor: 11,51g (*)Allergének: 1,2,4,13	Fehérje: 15,6g Szénh.: 63,15g Só: 1,62g	Energia: 264,01kcal Zsír: 7,72g Cukor: 0,81g (*)Allergének: 1,2,12	Fehérje: 13,3g Szénh.: 39,94g Só: 0,25g	Energia: 747,26kcal Zsír: 17,17g Cukor: 2g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérje: 35,29g Szénh.: 111,76g Só: 3,46g	Energia: 267,11kcal Zsír: 9,73g Cukor: 0,76g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 15,17g Szénh.: 29,42g Só: 1,01g (*)Allergének: 1,2,5	Energia: 689,16kcal Zsír: 18,55g Cukor: 0,85g (*)Allergének: 1,2,5	Fehérje: 35,53g Szénh.: 90,71g Só: 1,02g
---	---	---	---	---	---	--	--	---	--

02.19	Gyümölcs tea	Tej	Fahéjas szilvaleves	Fonott kalács	Sült virsli					
	Kenőmájás	Kifli	Sajtos szelet	Alma	Sárgarépa főzelék					
	Korpás zsemle		Petrezselymes burgonya		Kenyér ebéd					
	Zöldpaprika		Teljes kiőrl.kenyér ebéd							
Vasárnap										
	Energia: 319,11kcal Zsír: 14,15g Cukor: 10,76g (*)Allergének: 1,13	Fehérje: 12,37g Szénh.: 38,95g Só: 1,14g	Energia: 264,87kcal Zsír: 7,29g Cukor: 1,65g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 13,3g Szénh.: 40,8g Só: 0,51g	Energia: 865,24kcal Zsír: 22,36g Cukor: 15,56g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 42,41g Szénh.: 112,34g Só: 2,46g	Energia: 363,08kcal Zsír: 6,72g Cukor: 2,88g (*)Allergének: 1,2,3	Fehérje: 8,64g Szénh.: 66,44g Só: 0,29g	Energia: 678,47kcal Zsír: 33,05g Cukor: 9,59g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 26,42g Szénh.: 66,25g Só: 3,7g

SÜLLI-HOST KFT.
6704 Szeged, Kenyérvárosi út 1.
Árjegyzék: 110/113/114
2024.09.01


Jó étvágyat kívánunk!

Reggeli

- 02.20

Hétfő

Meggyízú gyüm.tea
Zala felvágott
Liga margarin
Lenmagos kenyér
Jégcsap retek

Tízórai

- Tej

Zabpelyhes zsemle

Ebéd A

- Kassai burgonyaleves

Rakott karfiol

Teljes kiőrl.kenyér ebéd
- Túró Rudi

Ebéd B

- Kassai burgonyaleves

Pulykapörkölt

Zöldbabfőzelék
- Alma
- Telj.kiörl.kenyér ebéd kicsi

Uzsonna

- Bríós kicsi

Narancs

Vacsora

- Borsos tokány

Párolt rizs

Energia: 428,19kcal Zsír: 13,1g Cukor: 11,42g (*)Allergének: 1,2,4,13	Fehérte: 15,6g Szénh.: 60,45g Só: 1,7g	Energia: 275,1kcal Zsír: 6,53g Cukor: 0,76g (*)Allergének: 1,2	Fehérte: 13,77g Szénh.: 44,15g Só: 0,29g	Energia: 824,74kcal Zsír: 33,72g Cukor: 1,72g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérte: 35,14g Szénh.: 89,85g Só: 2,38g	Energia: 721,55kcal Zsír: 23,6g Cukor: 5,98g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérte: 7,7g Szénh.: 58,8g Só: 0,18g (*)Allergének: 1,2	Energia: 312,2kcal Zsír: 4,2g Cukor: 1,75g (*)Allergének: 1,2	Fehérte: 7,7g Szénh.: 58,8g Só: 0,18g (*)Allergének: 5	Energia: 672,72kcal Zsír: 27,02g Cukor: 0,17g (*)Allergének: 5	Fehérte: 19,81g Szénh.: 86g Só: 1,67g
--	--	---	--	--	--	---	---	--	---	---	---

02.21	Tej	Méz darab	Csurgatott tojásleves	Joghurt	Natúr sertés szelet
Kedd	Metélfőhagym.vajkr.	Búzakorp.d.rúd	Zöldfűszeres halfilé	Teljes kiőrlésű gyümölcsös keksz	Zöldborsófőzelék
	Kenyer uzsonna	Citromos tea	Párolt rizs	Sárgaborsófőzelék	Kenyer ebéd
	Sárgarépa	Joghurtos öntet	Teljes kiörl.kenyér ebéd		

Energia: 482,0kcal Zsír: 14,9g Cukor: 1,7g (*)Allergének: 1,2	Fehérte: 19,2g Szénh.: 72,3g Só: 0,55g	Energia: 233,99kcal Zsír: 2,15g Cukor: 10,82g (*)Allergének: 1,2,13	Fehérte: 4,3g Szénh.: 50,86g Só: 0,26g	Energia: 849,19kcal Zsír: 29,11g Cukor: 0,35g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,9,11	Fehérte: 36,89g Szénh.: 106,91g Só: 2,46g	Energia: 721,45kcal Zsír: 22,89g Cukor: 1,05g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérte: 8,1g Szénh.: 30,7g Só: 0,4g (*)Allergének: 1,2	Energia: 290,6kcal Zsír: 14,8g Cukor: 0,92g (*)Allergének: 1,2	Fehérte: 8,1g Szénh.: 30,7g Só: 0,4g (*)Allergének: 1,2,5	Energia: 631,01kcal Zsír: 13,65g Cukor: 13,32g (*)Allergének: 1,2,5	Fehérte: 43,56g Szénh.: 83,07g Só: 1,42g
--	--	--	--	--	---	--	--	---	--	--	--

02.22	Citromos tea	Tej	Hűsgombóclevés	Teavaj	Kapros káposzta
Szerda	Diákcsemege szalámi	Egyenes kifli 50g	Díós metélt	Fatörzskifli	Kenyer ebéd
	Delma margarin	Díós porcukor	Hentes tokány		
	Négy magv.zsemle	Alma	Párolt rizs		

Energia: 339,7kcal Zsír: 15,14g Cukor: 10,84g (*)Allergének: 1,12,13	Fehérte: 10,8g Szénh.: 40,36g Só: 0,34g	Energia: 286,5kcal Zsír: 7,5g Cukor: 1,92g (*)Allergének: 1,2	Fehérte: 14g Szénh.: 45g Só: 0,59g	Energia: 1003,12kcal Zsír: 46,04g Cukor: 17,84g (*)Allergének: 1,2,4,5,6,11,13	Fehérte: 31,33g Szénh.: 111,68g Só: 1,56g (*)Allergének: 1,2,4,5,11,13	Energia: 1017,98kcal Zsír: 50,71g Cukor: 0,64g (*)Allergének: 1,2,4,5,11,13	Fehérte: 5,7g Szénh.: 37,76g Só: 0,18g (*)Allergének: 1,2	Energia: 312,25kcal Zsír: 15,47g Cukor: 1,48g (*)Allergének: 1,2	Fehérte: 5,7g Szénh.: 37,76g Só: 0,18g (*)Allergének: 1,2	Energia: 518,41kcal Zsír: 25,86g Cukor: 0,59g (*)Allergének: 1,2	Fehérte: 24,4g Szénh.: 45,58g Só: 1,3g
---	---	--	--	---	---	--	--	---	--	---	--

02.23	Vanília tej főzött	Citromos tea	Hamis buzsákileves	Kefir	Eszterházy tokány
Csütörtök	Petr.tojáskrém	Vajkrém	Lecsós csirkecomb	Fonotka 50g	Szarvacska
	Rozskenyer	Korpás zsemle	Burgonya püré		
	Mandarin	Telj.kiörl.kenyér ebéd kicsi	Tejföl		
			Porcukor		
			Alma		

Energia: 596,72kcal Zsír: 20,32g Cukor: 12,28g (*)Allergének: 1,2,3,11	Fehérte: 22,39g Szénh.: 84,02g Só: 0,94g	Energia: 222,21kcal Zsír: 7,25g Cukor: 11,06g (*)Allergének: 1,2,13	Fehérte: 5,57g Szénh.: 37,65g Só: 0,37g	Energia: 750,54kcal Zsír: 18,26g Cukor: 2,22g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérte: 44,66g Szénh.: 88,55g Só: 3,14g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Energia: 905,68kcal Zsír: 15,8g Cukor: 20,31g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérte: 26,37g Szénh.: 157,73g Só: 1,61g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Energia: 240kcal Zsír: 6g Cukor: 1,92g (*)Allergének: 1,2	Fehérte: 9,5g Szénh.: 36g Só: 0,59g (*)Allergének: 1,2,11,13	Energia: 714,57kcal Zsír: 33,79g Cukor: 1g (*)Allergének: 1,2,11,13	Fehérte: 27,34g Szénh.: 74,07g Só: 1,07g
---	--	--	---	--	---	--	--	--	---	--	--

02.24	Eper-csipkeb.gyüm.tea	Tej	Zellerkrémleves	Kockasajt	Joghurt
Péntek	Tejfőlős-túró	Mézes Flakes 40g	Rántott sajt mir.	Kenyer uzsonna	Baconos párna
	Magvas kenyér	Rizibizi	Bulgur	Majkrém hidegsomagba	Kifli
	Jégcsap retek	Joghurtos öntet	Teljes kiörl.kenyér ebéd		

Energia: 401,55kcal Zsír: 10,1g Cukor: 11,17g (*)Allergének: 1,2,12,13	Fehérte: 18,8g Szénh.: 60,05g Só: 0,71g	Energia: 284,4kcal Zsír: 6,4g Cukor: 0,48g (*)Allergének: 1,2,5,6	Fehérte: 12,2g Szénh.: 48,2g Só: 0,89g	Energia: 993,66kcal Zsír: 35,61g Cukor: 1,74g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérte: 34,26g Szénh.: 134,85g Só: 3,7g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Energia: 793,18kcal Zsír: 16,57g Cukor: 1,16g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérte: 44,37g Szénh.: 120,12g Só: 3,31g (*)Allergének: 1,2	Energia: 430,6kcal Zsír: 12,9g Cukor: 1,26g (*)Allergének: 1,2	Fehérte: 14g Szénh.: 63,1g Só: 0,82g (*)Allergének: 1,2,4	Energia: 665,27kcal Zsír: 38,89g Cukor: 2,63g (*)Allergének: 1,2,4	Fehérte: 21g Szénh.: 56,9g Só: 1,87g
---	---	--	--	--	---	--	---	---	--	---	--

Ebéd A

ÉTLAP

Ebéd B

Reggeli

02.25 Citromos tea
Zala felvágott
Delma margarin
Csavart kifli

Tízórai

Tej
Zabpehely

Ebéd A

Szárnyasraguleves
Gránátos kocka
Uborkasaláta
Telj.kiörl.kenyér ebéd kicsi

Ebéd B

Uzsonna

Alma
Lapkasajt
Zsemle

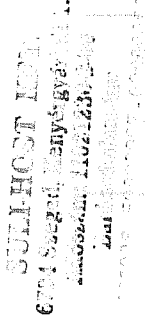
Vacsora

Párolt s.szelet
Gyümölcsmártás
Törtburgonya 1/2 adag
Kenyér ebéd

Energia: 327,79kcal Zsír: 12,4g Cukor: 11,14g (*)Allergének: 1,2,4,13	Fehérje: 11,5g Szénh.: 42,28g Só: 1,52g	Energia: 402,2kcal Zsír: 10,9g Cukor: 0g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 18,8g Szénh.: 59,8g Só: 0g	Energia: 837,64kcal Zsír: 18,12g Cukor: 6,85g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérje: 34,83g Szénh.: 129,58g Só: 2,64g	Energia: 308,11kcal Zsír: 9,73g Cukor: 0,76g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 15,17g Szénh.: 38,42g Só: 0,61g (*)Allergének: 1,2,5	Energia: 653,06kcal Zsír: 12,09g Cukor: 24,59g (*)Allergének: 1,2,5	Fehérje: 30,72g Szénh.: 97,46g Só: 2,27g
--	---	--	---	--	---	--	--	--	--

02.26	Citromos tea	Tej	Karfiol leves	Banán	Csirke mell csíkok pirítva
Vasárnap	Metéldö hagym.vajkr.	Kifli	Paprikás sertés szelet	Teljes kiörlésű gabonás keksz	Finomfőzelék
	Kenyér uzsonna		Burgonya püré		Kenyér ebéd
	Kigyo uborka		Céklasaláta vás.		
			Teljes kiörl.kenyér ebéd		

Energia: 374,85kcal Zsír: 8,9g Cukor: 11,7g (*)Allergének: 1,2,13	Fehérje: 10,2g Szénh.: 63,85g Só: 0,55g	Energia: 264,87kcal Zsír: 7,29g Cukor: 1,65g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 13,3g Szénh.: 40,8g Só: 0,51g	Energia: 735,09kcal Zsír: 19,06g Cukor: 0,93g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Fehérje: 35,41g Szénh.: 94,46g Só: 2,92g	Energia: 401,06kcal Zsír: 8,8g Cukor: 0,92g (*)Allergének: 1,5	Fehérje: 5,6g Szénh.: 71,2g Só: 0,4g (*)Allergének: 1,2	Energia: 524,45kcal Zsír: 9,48g Cukor: 13,59g (*)Allergének: 1,2	Fehérje: 36g Szénh.: 72,52g Só: 1,64g
--	---	--	--	--	--	---	--	---	---



Jó étvágyat kívánunk!

Reggeli

Tízórai

Ebéd A

ETLAP

Ebéd B

Uzsonna

Vacsora

02.27

Hétfő

Tej
Snidlinges sajtkrém
Rozskenyér
Jégcsap retek

Karfiolleves
Húsos-paradisomos rakott tészta
Alma
Telj.kiörl.kenyér ebéd kicsi

Karfiolleves
Paprikásburgonya hússal
Csemege uborka ebédhez
Teljes kiörl.kenyér ebéd

Narancs
Teljes kiörlést gabonás keksz

Köményes aprópecsenye
Finomfőzelék
Kenyér ebéd

Energia: 454,9kcal Zsír: 13,8g Szénh.: 67,3g Só: 1,13g (*)Allergének: 1,2	Energia: 268,2kcal Zsír: 14,95g Szénh.: 27,5g Só: 1,4g (*)Allergének: 1,2,4	Energia: 10,27g Zsír: 30,39g Szénh.: 120,06g Só: 2,4g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Energia: 919,08kcal Zsír: 33,19g Szénh.: 85,84g Só: 2,95g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Energia: 38,28g Zsír: 33,19g Szénh.: 85,84g Só: 2,95g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Energia: 813,85kcal Zsír: 33,19g Szénh.: 85,84g Só: 2,95g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11	Energia: 32,34g Zsír: 8,8g Szénh.: 34,4g Só: 0,4g (*)Allergének: 1,2	Energia: 719,83kcal Zsír: 32,66g Szénh.: 70,43g Só: 1,66g (*)Allergének: 1,2	Energia: 33,68g Zsír: 12,8g Szénh.: 70,43g Só: 1,66g (*)Allergének: 1,2
---	---	---	---	---	---	--	--	---

02.28

Kedd

Zöldtea-citrusos
Csemege szalámi
Liga margarin
Teljes kiörlésű kenyér uzsi
Sárgarépa

Kefir
Korpás kifli

Májgaluskaleves
Natúr sertés szelet
Erdei gyümölcsmártás
Törtburgonya 1/2 adag
Teljes kiörl.kenyér ebéd

Májgaluskaleves
Aranygaluska
Vanília öntet porból

Poharas tej
Zsemle
Szegedi aprópecsenye
Orsó tészta

Energia: 457,19kcal Zsír: 14,45g Szénh.: 64,45g Só: 1,37g (*)Allergének: 1,2,13	Energia: 217,51kcal Zsír: 6,22g Szénh.: 30,94g Só: 0,25g (*)Allergének: 1,2	Energia: 8,8g Zsír: 20,97g Szénh.: 116,25g Só: 3,47g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,11,13	Energia: 875,44kcal Zsír: 24,5g Szénh.: 159,41g Só: 1,64g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,9,11	Energia: 47g Zsír: 24,5g Szénh.: 159,41g Só: 1,64g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,9,11	Energia: 991,98kcal Zsír: 24,5g Szénh.: 159,41g Só: 1,64g (*)Allergének: 1,2,3,4,5,9,11	Energia: 33,3g Zsír: 4,53g Szénh.: 38,62g Só: 0,29g (*)Allergének: 1,2	Energia: 229,51kcal Zsír: 4,53g Szénh.: 38,62g Só: 0,29g (*)Allergének: 1,2	Energia: 10,77g Zsír: 32,51g Szénh.: 71,88g Só: 1,16g (*)Allergének: 1,5
---	---	---	---	--	---	--	---	--

