

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.03.01.	Tej (2)*; Diákcsemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Lenmagos' (1)*;	Tavaszelevés (1, 2, 3, 5)*; Sertéspörkölt (1)*; Tökf zelék (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=284,89kcal FH=12,19g ZS=12,08g SZH=31,86g CK=9,45g SÓ=1,39g TZS=5,00g	EN=503,46kcal FH=20,40g ZS=25,32g SZH=44,85g CK=12,45g SÓ=0,91g TZS=1,06g	EN=182,35kcal FH=5,48g ZS=5,42g SZH=27,17g CK=1,63g SÓ=1,00g TZS=3,36g
KEDD 2021.03.02.	Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs'; F tt tojás (3)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Paradicsom;	Frankfurti leves virslivel (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 12, 13)*; Cs ben sült zöldségek (1, 2, 4, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=249,54kcal FH=9,32g ZS=6,92g SZH=34,11g CK=7,79g SÓ=0,87g TZS=2,00g	EN=595,91kcal FH=24,76g ZS=24,05g SZH=63,51g CK=7,11g SÓ=2,28g TZS=8,62g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g
SZERDA 2021.03.03.	Tej (2)*; Margarin 'Delma' (2)*; Baromfi párizsi (1, 2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Mexikói csirkemáj ragu (1, 5)*; Párolt rizs (5)*; Kiwi;	Lapkasajt (2)*; Zsemle (1)*; Kigyóuborka;
	EN=249,60kcal FH=12,17g ZS=9,15g SZH=30,02g CK=9,47g SÓ=1,33g TZS=3,86g	EN=490,09kcal FH=22,57g ZS=13,82g SZH=88,68g CK=15,86g SÓ=0,75g TZS=1,19g	EN=221,80kcal FH=11,04g ZS=6,31g SZH=29,18g CK=0,16g SÓ=1,14g TZS=4,07g
CSÜTÖRTÖK 2021.03.04.	Tejeskáv (1, 2)*; Tejfölös-túró (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Karalábélevés (1, 3, 5)*; Bolognai szósz hússal; Spagetti (1)*; Sajt (2)*;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Narancs;
	EN=293,12kcal FH=13,79g ZS=7,62g SZH=41,62g CK=18,01g SÓ=1,01g TZS=3,42g	EN=519,86kcal FH=21,30g ZS=22,95g SZH=55,86g CK=8,09g SÓ=1,69g TZS=5,00g	EN=225,22kcal FH=4,99g ZS=3,59g SZH=40,81g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g
PÉNTEK 2021.03.05.	Tea 'Citromos'; Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Savanyú káposzta (6)*;	Vágott tojásleves (1, 2, 3, 5, 11)*; Roston sült hal (1, 5, 9)*; Hagymás burgonya; Céklasaláta (6, 15)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*;	Diós kifli (1, 2, 3, 6)*;
	EN=192,20kcal FH=6,38g ZS=5,34g SZH=29,59g CK=7,56g SÓ=1,95g TZS=2,17g	EN=508,53kcal FH=19,30g ZS=17,18g SZH=62,65g CK=2,20g SÓ=3,00g TZS=2,44g	EN=208,00kcal FH=4,00g ZS=8,00g SZH=30,50g CK=2,00g SÓ=0,10g TZS=0,00g

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:

Óvoda

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

Az ételek összetételével és az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi
ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu) az NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft.
(www.suli-host.hu) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a
tagóvoda vezető jét l kérhet az intézményben.

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0