

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.07.12.	F zött kakaó (2, 4)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Sertésraguleves (1, 2, 3, 5)*; Gránátos kocka (1)*; szibarack;	Méz; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;
	EN=326,67kcal FH=10,16g ZS=9,71g SZH=48,34g CK=23,15g SÓ=0,59g TZS=5,56g	EN=578,58kcal FH=20,49g ZS=17,80g SZH=80,41g CK=2,69g SÓ=1,04g TZS=0,76g	EN=154,80kcal FH=3,95g ZS=2,45g SZH=30,38g CK=10,12g SÓ=0,72g TZS=0,78g
KEDD 2021.07.13.	Limonádé; Ft tojás (3)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;	Alföldileves (1, 2, 3, 5, 11)*; Chilisbab (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Joghurt (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=231,85kcal FH=9,17g ZS=6,92g SZH=29,41g CK=7,77g SÓ=0,87g TZS=2,13g	EN=465,55kcal FH=23,58g ZS=14,04g SZH=58,23g CK=1,88g SÓ=0,84g TZS=0,62g	EN=273,12kcal FH=9,43g ZS=8,99g SZH=37,46g CK=12,16g SÓ=0,55g TZS=5,42g
SZERDA 2021.07.14.	Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó'; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Hosszú zsemle (1)*;	Zöldbableves (1, 2, 3, 5, 11)*; Rántott halfilé (1, 3, 9)*; Hagymás burgonya; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Kigyóuborka;
	EN=348,21kcal FH=5,15g ZS=13,68g SZH=37,21g CK=8,35g SÓ=1,97g TZS=1,81g	EN=507,61kcal FH=18,98g ZS=14,02g SZH=71,50g CK=3,01g SÓ=2,01g TZS=1,54g	EN=172,95kcal FH=5,54g ZS=4,65g SZH=26,54g CK=0,09g SÓ=1,20g TZS=2,94g
CSÜTÖRTÖK 2021.07.15.	Tejeskávé (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;	Karfiolleves (1, 2, 3, 5)*; Brassói aprópecsenye (1, 5)*; Bulgur (1, 5)*;	Kockasajt (2)*; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Sárgabarack;
	EN=283,33kcal FH=9,63g ZS=6,55g SZH=45,15g CK=19,37g SÓ=0,68g TZS=3,84g	EN=548,88kcal FH=20,56g ZS=27,10g SZH=47,26g CK=3,23g SÓ=0,74g TZS=1,27g	EN=218,10kcal FH=6,67g ZS=5,95g SZH=33,48g CK=0,32g SÓ=1,33g TZS=3,03g
PÉNTEK 2021.07.16.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Fonottka (1, 2, 3)*; Kigyóuborka;	Hargitai burgonyaleves kolbásszal (1, 2, 4, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rizibizi (5)*; Sárgarépás káposztasaláta; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=310,70kcal FH=11,13g ZS=9,58g SZH=44,36g CK=13,72g SÓ=0,65g TZS=3,75g	EN=612,56kcal FH=31,91g ZS=21,05g SZH=82,47g CK=7,81g SÓ=1,58g TZS=2,91g	EN=209,00kcal FH=2,70g ZS=10,45g SZH=25,35g CK=8,95g SÓ=0,35g TZS=5,25g

**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=Szezám; 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 vezetőjélt kérhet az intézményben.

**Suli-Host**  
**Étkeztetési**  
**Rendszer 3.0**