

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.03.01.	Joghurt (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes'; Tejbenrizs (2)*; Kakaó szórat (4)*; Alma;	Mini méz; Riso margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=271,60kcal FH=9,90g ZS=10,70g SZH=39,20g CK=6,00g SÓ=0,39g TZS=3,60g	Iskola: EN=349,60kcal FH=12,30g ZS=12,10g SZH=55,80g CK=6,00g SÓ=0,51g TZS=3,60g	K.Iskola: EN=450,20kcal FH=14,70g ZS=16,00g SZH=72,40g CK=6,00g SÓ=0,63g TZS=3,60g
KEDD 2021.03.02.	szibarack rostoslé (dobozos); Trappista sajt (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	Gomba leves; Sertés sült; Meggymártás 'tejmentes'; F tt burgonya;	Riso margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Narancs;
	Óvoda: EN=366,80kcal FH=12,60g ZS=12,20g SZH=55,35g CK=12,00g SÓ=0,72g TZS=4,50g	Iskola: EN=476,20kcal FH=17,60g ZS=15,90g SZH=72,00g CK=12,00g SÓ=1,00g TZS=6,00g	K.Iskola: EN=608,20kcal FH=22,60g ZS=22,10g SZH=88,65g CK=12,00g SÓ=1,28g TZS=7,50g
SZERDA 2021.03.03.	Tea csipkebogyó; Riso margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vadas pulykaapró (2, 5, 11)*; Orsó tészta; Alma;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes';
	Óvoda: EN=178,08kcal FH=4,86g ZS=3,09g SZH=32,94g CK=5,03g SÓ=0,28g TZS=0,00g	Iskola: EN=190,32kcal FH=5,10g ZS=3,15g SZH=35,56g CK=7,05g SÓ=0,28g TZS=0,00g	K.Iskola: EN=223,04kcal FH=5,22g ZS=5,68g SZH=37,87g CK=9,06g SÓ=0,28g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2021.03.04.	Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes';	Almaleves (tejfölös) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka;	Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes'; Retek;
	Óvoda: EN=204,87kcal FH=7,73g ZS=4,17g SZH=39,10g CK=5,09g SÓ=0,34g TZS=0,00g	Iskola: EN=312,01kcal FH=12,31g ZS=6,56g SZH=58,36g CK=7,16g SÓ=0,46g TZS=0,00g	K.Iskola: EN=405,77kcal FH=15,47g ZS=8,34g SZH=77,26g CK=9,20g SÓ=0,68g TZS=0,00g
PÉNTEK 2021.03.05.	Poharas tej (2)*; Riso margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Zöldborsó leves 'tej-, cukormentes'; Milánói makaróni; Sajtszórat (2)*; Alma;	Mini dzsem (13)*; Riso margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=284,36kcal FH=11,78g ZS=8,65g SZH=39,19g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g	Iskola: EN=286,76kcal FH=11,98g ZS=8,67g SZH=39,53g CK=0,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g	K.Iskola: EN=310,56kcal FH=12,08g ZS=11,18g SZH=39,70g CK=0,00g SÓ=0,29g 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:

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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=Csilagfűrt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.03.08.	Tea csipkebogyó; Mini méz; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	Babgulyás leves sertéshússal; Túrós tészta (2)*; Alma;	Kefír (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';
	Óvoda: EN=259,08kcal FH=4,80g ZS=5,30g SZH=54,72g CK=21,45g SÓ=0,24g TZS=0,00g	Iskola: EN=345,32kcal FH=7,20g ZS=6,70g SZH=73,34g CK=23,47g SÓ=0,36g TZS=0,00g	K.Iskola: EN=454,04kcal FH=9,60g ZS=10,60g SZH=91,95g CK=25,48g SÓ=0,48g TZS=0,00g
KEDD 2021.03.09.	Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Riso margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;	Brokkoli krémleves 'Cukormentes' (2)*; Sült csirkecomb; Zöldséges rizs; Banán;	Pápai sonka (diéta); Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes'; Uborka;
	Óvoda: EN=332,10kcal FH=10,05g ZS=7,55g SZH=54,65g CK=26,90g SÓ=0,55g TZS=2,15g	Iskola: EN=354,10kcal FH=11,60g ZS=8,30g SZH=56,95g CK=29,20g SÓ=0,60g TZS=2,60g	K.Iskola: EN=461,20kcal FH=13,15g ZS=11,55g SZH=74,25g CK=44,75g SÓ=0,65g TZS=3,05g
SZERDA 2021.03.10.	szibarack rostoslé (dobozos); Riso margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	Karalábé leves; Köményes sertéssült; Burgonyaf zelék tejfölös (2)*; Kenyér 'Adalékmentes'; Alma;	Tauris Király szalámi; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';
	Óvoda: EN=256,76kcal FH=5,04g ZS=3,11g SZH=50,98g CK=12,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g	Iskola: EN=260,76kcal FH=5,28g ZS=3,17g SZH=51,58g CK=12,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g	K.Iskola: EN=285,36kcal FH=5,40g ZS=5,70g SZH=51,88g CK=12,00g SÓ=0,29g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2021.03.11.	Tej (2)*; Riso margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Lebbencs leves; Halpaprikás (9)*; Szarvacskatészta; Csemege uborka; Kenyér 'Adalékmentes';	Zala Kométa; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes'; Retek;
	Óvoda: EN=239,60kcal FH=10,70g ZS=6,00g SZH=36,20g CK=9,20g SÓ=0,48g TZS=1,80g	Iskola: EN=261,60kcal FH=12,25g ZS=6,75g SZH=38,50g CK=11,50g SÓ=0,53g TZS=2,25g	K.Iskola: EN=306,20kcal FH=13,80g ZS=10,00g SZH=40,80g CK=13,80g SÓ=0,58g TZS=2,70g
PÉNTEK 2021.03.12.	Rostos almalé; Trappista sajt (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	Zöldségkrémleves (2)*; Bazsalikomos csirkeragu; Párolt rizs; Narancs;	Riso margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=357,00kcal FH=12,90g ZS=12,28g SZH=53,85g CK=20,00g SÓ=0,72g TZS=4,53g	Iskola: EN=466,40kcal FH=17,90g ZS=15,98g SZH=70,50g CK=20,00g SÓ=1,00g TZS=6,03g	K.Iskola: EN=598,40kcal FH=22,90g ZS=22,18g SZH=87,15g CK=20,00g SÓ=1,28g TZS=7,53g

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:

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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=Csilagfűrt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna	
HÉTF 2021.03.15.	Tej (2)*; Riso margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Gomba leves tejfölös (2)*; Tarhonyás sertéshús; Meggykompót;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes';	
	Óvoda: EN=239,60kcal FH=10,70g ZS=6,00g SZH=36,20g CK=9,20g SÓ=0,48g TZS=1,80g	Iskola: EN=261,60kcal FH=12,25g ZS=6,75g SZH=38,50g CK=11,50g SÓ=0,53g TZS=2,25g	K.Iskola: EN=306,20kcal FH=13,80g ZS=10,00g SZH=40,80g CK=13,80g SÓ=0,58g TZS=2,70g	Óvoda: EN=559,02kcal FH=23,43g ZS=16,59g SZH=76,40g CK=21,85g SÓ=0,73g TZS=0,83g
KEDD 2021.03.16.	Tej (2)*; Ft virsli 'diéta'; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	Csontleves; Vadas sertésszelet (2, 5, 11)*; Spagetti;	Riso margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Alma;	
	Óvoda: EN=410,60kcal FH=17,60g ZS=20,90g SZH=43,42g CK=9,26g SÓ=1,76g TZS=6,78g	Iskola: EN=510,60kcal FH=21,55g ZS=23,05g SZH=62,32g CK=11,56g SÓ=1,93g TZS=7,23g	K.Iskola: EN=777,20kcal FH=32,10g ZS=40,30g SZH=82,24g CK=13,92g SÓ=3,42g TZS=12,66g	Óvoda: EN=534,17kcal FH=21,50g ZS=19,69g SZH=65,75g CK=1,75g SÓ=1,14g TZS=1,13g
SZERDA 2021.03.17.	Tej (2)*; Tauris Király szalámi; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	Rizsleves; Sült csirkecomb; Zöldborsóf zelék (2)*; Kenyér 'Adalékmentes';	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes'; Zöldpaprika;	
	Óvoda: EN=337,40kcal FH=13,72g ZS=14,96g SZH=42,55g CK=9,23g SÓ=0,91g TZS=4,58g	Iskola: EN=484,60kcal FH=19,48g ZS=21,54g SZH=61,55g CK=11,55g SÓ=1,40g TZS=6,88g	K.Iskola: EN=607,20kcal FH=23,43g ZS=26,19g SZH=80,45g CK=13,85g SÓ=1,57g TZS=7,33g	Óvoda: EN=582,51kcal FH=31,26g ZS=15,87g SZH=78,15g CK=17,11g SÓ=1,65g TZS=1,17g
CSÜTÖRTÖK 2021.03.18.	szibarack rostoslé (dobozos); Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes';	Paradicsom leves (5)*; Bugaci sertés szelet; Petrezselymes burgonya;	Riso margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Mandarin;	
	Óvoda: EN=278,15kcal FH=7,73g ZS=4,17g SZH=56,04g CK=12,04g SÓ=0,34g TZS=0,00g	Iskola: EN=376,93kcal FH=12,31g ZS=6,56g SZH=73,27g CK=12,08g SÓ=0,46g TZS=0,00g	K.Iskola: EN=462,69kcal FH=15,47g ZS=8,34g SZH=90,17g CK=12,13g SÓ=0,68g TZS=0,00g	Óvoda: EN=554,74kcal FH=24,23g ZS=20,91g SZH=62,31g CK=12,99g SÓ=1,22g TZS=1,95g
PÉNTEK 2021.03.19.	Kefír (2)*; Riso margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Tökf zelék tejfölös (2)*; Kenyér 'Adalékmentes'; Alma;	Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes'; Uborka;	
	Óvoda: EN=241,60kcal FH=9,30g ZS=8,25g SZH=32,70g CK=5,70g SÓ=0,43g TZS=3,45g	Iskola: EN=241,60kcal FH=9,30g ZS=8,25g SZH=32,70g CK=5,70g SÓ=0,43g TZS=3,45g	K.Iskola: EN=264,20kcal FH=9,30g ZS=10,75g SZH=32,70g CK=5,70g SÓ=0,43g TZS=3,45g	Óvoda: EN=711,50kcal FH=21,65g ZS=31,03g SZH=87,40g CK=9,65g SÓ=1,48g TZS=1,47g
	Óvoda: EN=241,60kcal FH=9,30g ZS=8,25g SZH=32,70g CK=5,70g SÓ=0,43g TZS=3,45g	Iskola: EN=241,60kcal FH=9,30g ZS=8,25g SZH=32,70g CK=5,70g SÓ=0,43g TZS=3,45g	K.Iskola: EN=264,20kcal FH=9,30g ZS=10,75g SZH=32,70g CK=5,70g SÓ=0,43g TZS=3,45g	Óvoda: EN=211,28kcal FH=8,31g ZS=7,05g SZH=33,79g CK=0,03g SÓ=0,78g TZS=0,50g

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:

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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=Csilagfűrt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.03.22.	Tej (2)*; Mini méz; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	Gulyás leves 'tej-, cukormentes'; Darásmetélt; Alma;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes';
	Óvoda: EN=326,60kcal FH=11,00g ZS=8,30g SZH=58,88g CK=25,62g SÓ=0,44g TZS=1,80g	Iskola: EN=426,60kcal FH=14,95g ZS=10,45g SZH=77,78g CK=27,92g SÓ=0,61g TZS=2,25g	K.Iskola: EN=549,20kcal FH=18,90g ZS=15,10g SZH=96,68g CK=30,22g SÓ=0,78g TZS=2,70g
KEDD 2021.03.23.	Tej (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes'; Uborka;	Karalábé leves; Húsgombóc sült; Paradicsom mártás (5)*; F tt burgonya;	Baromfi párizsi (diéta); Riso margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=299,28kcal FH=14,51g ZS=10,05g SZH=42,99g CK=9,22g SÓ=0,98g TZS=2,30g	Iskola: EN=453,36kcal FH=21,86g ZS=16,44g SZH=62,32g CK=11,55g SÓ=1,43g TZS=3,25g	K.Iskola: EN=580,37kcal FH=27,62g ZS=20,66g SZH=81,43g CK=13,86g SÓ=1,87g TZS=3,92g
SZERDA 2021.03.24.	Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	Tavaszileves 'tej-, cukormentes'; Rostonhal zöldf szeres (9)*; Rizi-bizi;	Joghurt (2)*; Riso margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=213,08kcal FH=6,86g ZS=5,65g SZH=38,91g CK=5,03g SÓ=0,74g TZS=0,13g	Iskola: EN=313,32kcal FH=11,32g ZS=7,39g SZH=58,21g CK=7,05g SÓ=1,36g TZS=0,27g	K.Iskola: EN=429,04kcal FH=14,75g ZS=11,46g SZH=77,16g CK=9,06g SÓ=1,73g TZS=0,34g
CSÜTÖRTÖK 2021.03.25.	Tea citromos; Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes';	Almaleves (tejfölös) (2)*; Mustáros csirkefilé (tej,gluténmentes) (11)*; Köles párolt zöldséggel (5)*;	Tauris zöldséges felvágott (allergénmentes); Kenyér 'Adalékmentes'; Ráma margarin 10g; Uborka;
	Óvoda: EN=201,22kcal FH=7,07g ZS=4,15g SZH=38,91g CK=5,05g SÓ=0,34g TZS=0,00g	Iskola: EN=313,38kcal FH=11,21g ZS=7,25g SZH=58,24g CK=7,07g SÓ=0,46g TZS=0,00g	K.Iskola: EN=412,28kcal FH=14,48g ZS=9,50g SZH=77,19g CK=9,07g SÓ=0,68g TZS=0,00g
PÉNTEK 2021.03.26.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes'; Zöldpaprika;	Zöldbab leves; Brassói aprópecsenye; Petrezselymes burgonya; Mandarin;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=363,00kcal FH=13,26g ZS=12,37g SZH=54,75g CK=20,00g SÓ=0,72g TZS=4,53g	Iskola: EN=476,40kcal FH=18,50g ZS=16,13g SZH=72,00g CK=20,00g SÓ=1,00g TZS=6,03g	K.Iskola: EN=610,40kcal FH=23,62g ZS=22,36g SZH=88,95g CK=20,00g SÓ=1,28g TZS=7,53g
	Óvoda: EN=326,60kcal FH=11,00g ZS=8,30g SZH=58,88g CK=25,62g SÓ=0,44g TZS=1,80g	Iskola: EN=426,60kcal FH=14,95g ZS=10,45g SZH=77,78g CK=27,92g SÓ=0,61g TZS=2,25g	K.Iskola: EN=549,20kcal FH=18,90g ZS=15,10g SZH=96,68g CK=30,22g SÓ=0,78g TZS=2,70g
	Óvoda: EN=299,28kcal FH=14,51g ZS=10,05g SZH=42,99g CK=9,22g SÓ=0,98g TZS=2,30g	Iskola: EN=453,36kcal FH=21,86g ZS=16,44g SZH=62,32g CK=11,55g SÓ=1,43g TZS=3,25g	K.Iskola: EN=580,37kcal FH=27,62g ZS=20,66g SZH=81,43g CK=13,86g SÓ=1,87g TZS=3,92g
	Óvoda: EN=213,08kcal FH=6,86g ZS=5,65g SZH=38,91g CK=5,03g SÓ=0,74g TZS=0,13g	Iskola: EN=313,32kcal FH=11,32g ZS=7,39g SZH=58,21g CK=7,05g SÓ=1,36g TZS=0,27g	K.Iskola: EN=429,04kcal FH=14,75g ZS=11,46g SZH=77,16g CK=9,06g SÓ=1,73g TZS=0,34g
	Óvoda: EN=201,22kcal FH=7,07g ZS=4,15g SZH=38,91g CK=5,05g SÓ=0,34g TZS=0,00g	Iskola: EN=313,38kcal FH=11,21g ZS=7,25g SZH=58,24g CK=7,07g SÓ=0,46g TZS=0,00g	K.Iskola: EN=412,28kcal FH=14,48g ZS=9,50g SZH=77,19g CK=9,07g SÓ=0,68g TZS=0,00g
	Óvoda: EN=363,00kcal FH=13,26g ZS=12,37g SZH=54,75g CK=20,00g SÓ=0,72g TZS=4,53g	Iskola: EN=476,40kcal FH=18,50g ZS=16,13g SZH=72,00g CK=20,00g SÓ=1,00g TZS=6,03g	K.Iskola: EN=610,40kcal FH=23,62g ZS=22,36g SZH=88,95g CK=20,00g SÓ=1,28g TZS=7,53g

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:

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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=Csilagfűrt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.03.29.	Joghurt (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes'; Gránátos kocka; Alma;	Mini méz; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';
	Óvoda: EN=271,60kcal FH=9,90g ZS=10,70g SZH=39,20g CK=6,00g SÓ=0,39g TZS=3,60g	Iskola: EN=349,60kcal FH=12,30g ZS=12,10g SZH=55,80g CK=6,00g SÓ=0,51g TZS=3,60g	K.Iskola: EN=450,20kcal FH=14,70g ZS=16,00g SZH=72,40g CK=6,00g SÓ=0,63g TZS=3,60g
KEDD 2021.03.30.	szibarack rostoslé (dobozos); Trappista sajt (2)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Bakonyi sertéstokány; Petrezselymes rizs;	Riso margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Banán;
	Óvoda: EN=366,80kcal FH=12,60g ZS=12,20g SZH=55,35g CK=12,00g SÓ=0,72g TZS=4,50g	Iskola: EN=476,20kcal FH=17,60g ZS=15,90g SZH=72,00g CK=12,00g SÓ=1,00g TZS=6,00g	K.Iskola: EN=608,20kcal FH=22,60g ZS=22,10g SZH=88,65g CK=12,00g SÓ=1,28g TZS=7,50g
SZERDA 2021.03.31.	Tej (2)*; Riso margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Zellerkrémleves 'tejmentes' (5)*; Csirkepörkölt; Orsó tézsta; Uborkasaláta;	Zöldf szeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes'; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=239,60kcal FH=10,70g ZS=5,00g SZH=36,20g CK=9,20g SÓ=0,48g TZS=1,80g	Iskola: EN=261,60kcal FH=12,25g ZS=6,75g SZH=38,50g CK=11,50g SÓ=0,53g TZS=2,25g	K.Iskola: EN=306,20kcal FH=13,80g ZS=10,00g SZH=40,80g CK=13,80g SÓ=0,58g TZS=2,70g
CSÜTÖRTÖK 2021.04.01.	Tea citromos; Toast sonkás felvágott (diéta); Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';	Csontleves; Hentes sertés szelet 'lisztmentes'; Hagymás burgonya;	Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes'; Uborka;
	Óvoda: EN=213,32kcal FH=6,86g ZS=5,65g SZH=38,93g CK=5,05g SÓ=0,74g TZS=0,13g	Iskola: EN=313,68kcal FH=11,32g ZS=7,39g SZH=58,24g CK=7,07g SÓ=1,36g TZS=0,27g	K.Iskola: EN=429,28kcal FH=14,75g ZS=11,46g SZH=77,17g CK=9,07g SÓ=1,73g TZS=0,34g
PÉNTEK 2021.04.02.	Tej (2)*; Riso margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Retek;	Burgonyaleves tejfölös (2)*; Sült pulyka zöldf szeres; Zöldbabf zelék (2)*; Kenyér 'Adalékmentes'; Alma;	Mini dzsem (13)*; Riso margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes';
	Óvoda: EN=248,96kcal FH=11,21g ZS=6,05g SZH=37,64g CK=9,20g SÓ=0,49g TZS=1,80g	Iskola: EN=273,76kcal FH=12,98g ZS=6,82g SZH=40,18g CK=11,50g SÓ=0,54g TZS=2,25g	K.Iskola: EN=319,76kcal FH=14,64g ZS=10,08g SZH=42,60g CK=13,80g SÓ=0,59g TZS=2,70g
	Óvoda: EN=241,10kcal FH=4,80g ZS=5,30g SZH=48,20g CK=13,25g SÓ=0,24g TZS=0,00g	Iskola: EN=319,10kcal FH=7,20g ZS=6,70g SZH=64,80g CK=13,25g SÓ=0,36g TZS=0,00g	K.Iskola: EN=482,20kcal FH=9,60g ZS=10,60g SZH=96,40g CK=26,50g SÓ=0,48g 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:

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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=Csilagfűrt

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0