

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2023.01.30.	Citromos tea; Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Natúr baromfi érme (1, 2, 3, 4, 11)*; Gyümölcsmártás (1, 2)*; Pirított dara (1)*;	Liga Margarin; Zsemle (1)*; Alma;
	EN=206,86kcal FH=6,13g ZS=8,09g SZH=27,44g CK=7,41g SÓ=1,19g TZS=3,06g	EN=494,60kcal FH=12,39g ZS=11,57g SZH=82,33g CK=32,88g SÓ=1,17g TZS=2,48g	EN=192,55kcal FH=4,73g ZS=2,53g SZH=36,42g CK=0,21g SÓ=0,72g TZS=0,92g
KEDD 2023.01.31.	Erdei gyümölcs tea; Paradicsomos halpástétom (9)*; Félbarna kenyér (1)*; Savanyú káposzta (6)*;	Brokkolikrémleves gyönygykagylóval (1, 2, 3, 5, 6)*; Paprikásburgonya virslivel (1, 2, 3, 4, 5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=244,67kcal FH=6,77g ZS=8,16g SZH=35,65g CK=7,66g SÓ=1,84g TZS=1,10g	EN=450,59kcal FH=16,33g ZS=18,66g SZH=52,80g CK=2,46g SÓ=1,99g TZS=4,33g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g
SZERDA 2023.02.01.	Tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Gesztenyekrém leves almakockával (1, 2, 5)*; Mexikói sertésragu (1, 5)*; Kuskusz (1, 5)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=262,90kcal FH=9,96g ZS=6,90g SZH=39,43g CK=14,35g SÓ=0,65g TZS=4,04g	EN=581,06kcal FH=18,84g ZS=21,51g SZH=74,43g CK=17,55g SÓ=0,28g TZS=1,29g	EN=162,00kcal FH=6,66g ZS=5,68g SZH=21,16g CK=0,42g SÓ=1,11g TZS=1,98g
CSÜTÖRTÖK 2023.02.02.	Zöldtea-citrusos; Házi körözött (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Karfiolleves (1, 3, 5)*; Bolognai szósz; Makaróni (1)*; Sajt szórat (2)*; Narancs;	Teavaj (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=167,81kcal FH=7,66g ZS=2,20g SZH=28,75g CK=7,34g SÓ=0,74g TZS=0,18g	EN=551,64kcal FH=21,28g ZS=21,88g SZH=64,73g CK=7,18g SÓ=1,00g TZS=3,42g	EN=252,42kcal FH=4,37g ZS=11,79g SZH=31,49g CK=6,16g SÓ=0,41g TZS=7,52g
PÉNTEK 2023.02.03.	Citromos tea; Ken májas (1, 2, 4)*; Félbarna kenyér (1)*;	Burgonyaleves (1, 2, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Finomf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Méz; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Alma;
	EN=202,17kcal FH=6,00g ZS=5,25g SZH=32,63g CK=7,87g SÓ=1,07g TZS=2,00g	EN=507,38kcal FH=21,45g ZS=18,19g SZH=60,95g CK=10,31g SÓ=0,90g TZS=1,32g	EN=208,25kcal FH=4,53g ZS=2,45g SZH=42,66g CK=10,49g SÓ=0,72g TZS=0,65g

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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0