

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.11.29.	Tej (2)*; Diákcsemege szalámi; Margarin 'Liga'; Kenyér 'Lenmagos' (1)*;	Gulyásleves (1, 3, 5)*; Amerikai palacsinta (1, 2, 3)*; Vaníliás gesztenyekrém (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Alma;	Sajtos pogácsa (1, 2)*; Mandarin;
	EN=284,89kcal FH=11,99g ZS=12,08g SZH=32,05g CK=9,65g SÓ=1,45g TZS=5,20g	EN=634,56kcal FH=20,01g ZS=19,74g SZH=90,35g CK=26,25g SÓ=1,39g TZS=3,14g	EN=220,50kcal FH=5,17g ZS=7,10g SZH=32,73g CK=0,90g SÓ=1,35g TZS=3,55g
KEDD 2021.11.30.	Gyümölcs tea 'Erdei gyümölcs'; Ken májas (1, 2, 4)*; Kenyér 'Félbarna' (1)*; Paradicsom;	Gyümölcsleves (1, 2)*; Paprikásburgonya hússal (1, 3, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=211,79kcal FH=6,37g ZS=5,31g SZH=34,18g CK=7,87g SÓ=1,07g TZS=2,00g	EN=554,21kcal FH=20,70g ZS=21,90g SZH=66,34g CK=15,62g SÓ=0,76g TZS=0,70g	EN=251,85kcal FH=7,65g ZS=5,16g SZH=42,27g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g
SZERDA 2021.12.01.	Tej (2)*; Veronai pulyka szelet felvágott (2, 4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Mexikói csirkemáj ragu (1, 5)*; Párolt rizs (5)*;	Lapkasajt (2)*; Zsemle (1)*;
	EN=250,60kcal FH=12,31g ZS=9,25g SZH=30,00g CK=9,77g SÓ=1,37g TZS=4,08g	EN=458,89kcal FH=21,97g ZS=13,82g SZH=81,90g CK=15,86g SÓ=0,75g TZS=1,19g	EN=218,20kcal FH=10,74g ZS=6,28g SZH=28,67g CK=0,16g SÓ=1,14g TZS=4,07g
CSÜTÖRTÖK 2021.12.02.	Tejeskávé (1, 2)*; Tejfölös-túró (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Karalábékrémleves sárgarépakockávell (1, 2, 5)*; Bolognai szósz hússal; Spagetti (1)*; Sajt (2)*;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Mandarin;
	EN=293,12kcal FH=13,79g ZS=7,62g SZH=41,62g CK=18,03g SÓ=1,01g TZS=3,42g	EN=568,66kcal FH=22,39g ZS=24,35g SZH=63,14g CK=9,01g SÓ=1,70g TZS=5,31g	EN=207,12kcal FH=4,75g ZS=3,59g SZH=37,34g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g
PÉNTEK 2021.12.03.	Tea 'Citromos'; Zala felvágott (4)*; Margarin 'Delma' (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Paradicsom;	Brokkolikrémleves gyöngyagyalóval (1, 2, 3, 5)*; Hagymás burgonya; Rozmaringos sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Fejeskáposzta-saláta (6, 15)*;	Diós kifli (1, 2, 4, 6)*;
	EN=195,52kcal FH=7,01g ZS=5,91g SZH=29,09g CK=7,40g SÓ=1,15g TZS=1,98g	EN=515,28kcal FH=30,15g ZS=14,59g SZH=52,40g CK=3,11g SÓ=2,12g TZS=0,74g	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, mandula, pisztácia; 8=Földimogyoró;
9=Hal; 10=Rákfélék; 11=Mustár; 12=Szezám; 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