

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2021.12.06.	Tej (2)*; Dzsungel reggeliz pehely (1)*; Kifli (1, 2)*;	Daragaluskaleves (1, 3, 5)*; Bükki aprópecsenye (1, 2, 4, 5)*; Törtburgonya (5)*; Szaloncukor (2, 6)*;	Diós kifli (1, 2, 4, 6)*; Alma;
	EN=327,65kcal FH=11,84g ZS=4,82g SZH=57,87g CK=19,73g SÓ=0,98g TZS=2,69g	EN=553,52kcal FH=17,91g ZS=22,17g SZH=64,61g CK=1,06g SÓ=0,83g TZS=1,20g	EN=242,10kcal FH=4,44g ZS=8,00g SZH=38,20g CK=2,00g SÓ=0,10g TZS=0,00g
KEDD 2021.12.07.	Gyümölcs tea 'Eper-csipkebogyó'; Házi körözött (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Lilahagyma;	Húsgombóclevés (1, 2, 3, 5)*; Mediterrán csirkeapró (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Bulgur (1, 5)*;	Gyümölcs joghurt 'Danone K+F' (1, 2, 6)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=179,71kcal FH=7,99g ZS=2,23g SZH=31,56g CK=8,61g SÓ=0,85g TZS=0,20g	EN=578,75kcal FH=28,42g ZS=23,46g SZH=54,91g CK=5,53g SÓ=0,73g TZS=1,32g	EN=318,22kcal FH=9,47g ZS=6,19g SZH=54,36g CK=20,96g SÓ=0,53g TZS=3,52g
SZERDA 2021.12.08.	Zöldtea-citrusos; Tojáskrém (2, 3, 4, 11)*; Kenyér 'Kukoricás' (1)*; Paradicsom;	Lencsegulyásleves (1, 2, 11)*; Tejberizs (2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Burgonyás pogácsa (1, 2)*; Alma;
	EN=222,67kcal FH=6,77g ZS=5,81g SZH=32,67g CK=7,22g SÓ=0,93g TZS=2,02g	EN=644,84kcal FH=26,15g ZS=21,13g SZH=98,06g CK=40,11g SÓ=0,99g TZS=5,14g	EN=135,10kcal FH=2,44g ZS=4,00g SZH=20,20g CK=0,00g SÓ=0,55g TZS=0,00g
CSÜTÖRTÖK 2021.12.09.	Tej (2)*; Zöldf szeres halpástétom (9)*; Kenyér 'Magvas' (1, 12)*;	Filézett halászlé (5, 9)*; Túrós tészta (1)*; Túró (2)*; Tejföl (2)*; Porcukor (1, 13)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Narancs;	Teljes kiörlés meggyes párna (1, 2)*;
	EN=285,80kcal FH=11,87g ZS=12,22g SZH=32,12g CK=9,59g SÓ=1,17g TZS=3,38g	EN=619,45kcal FH=24,98g ZS=17,23g SZH=90,95g CK=25,49g SÓ=3,62g TZS=3,45g	EN=181,00kcal FH=2,60g ZS=9,40g SZH=20,85g CK=4,55g SÓ=0,70g TZS=4,75g
PÉNTEK 2021.12.10.	Karamellás tej (2)*; Teavaj (2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Zöldborsóleves (1, 3, 5)*; Húsos tarhonya (1, 5)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*; Csemege uborka (11)*;	Túrós bukta (1, 2, 3)*;
	EN=329,10kcal FH=9,96g ZS=14,25g SZH=40,52g CK=20,47g SÓ=0,84g TZS=9,28g	EN=557,22kcal FH=22,39g ZS=19,32g SZH=70,87g CK=6,71g SÓ=2,06g TZS=0,97g	EN=160,00kcal FH=6,50g ZS=3,75g SZH=24,50g CK=8,50g SÓ=0,24g TZS=0,05g

**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**

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
SZOMBAT 2021.12.11.	Dobozos üdít 'alma'; Pizzás csiga (1, 2, 4)*;	Bakonyi betyárleves (1, 2, 3, 5)*; Aranygaluska (1, 2, 3)*; Vanília öntet (1, 2)*; Kenyér 'Teljes kiörlés ' (1)*;	Kockasajt (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=302,70kcal FH=5,80g ZS=11,08g SZH=44,00g CK=22,15g SÓ=0,95g TZS=6,03g	EN=819,66kcal FH=25,31g ZS=30,66g SZH=107,02g CK=40,09g SÓ=1,40g TZS=7,46g	EN=221,40kcal FH=5,56g ZS=7,41g SZH=32,16g CK=4,95g SÓ=1,00g TZS=4,29g
VASÁRNAP 2021.12.12.			

**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.oivi.szegedvaros.hu](http://www.oivi.szegedvaros.hu)) az NGSZ ([www.ngsz.hu](http://www.ngsz.hu)) valamint a SULI-HOST Kft.  
([www.suli-host.hu](http://www.suli-host.hu)) hivatalos honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást helyben a  
tagóvoda vezetője kérheti az intézményben.

**Suli-Host  
Étkeztetési  
Rendszer 3.0**