

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2022.05.30.	Tej (2)*; Diákcsemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Karalábéleves (1, 3, 5)*; Milánói szósz hússal (1)*; Spagetti (1)*; Sajt szórat (2)*; Alma;	Sajtkrém (2, 5)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=266,44kcal FH=12,13g ZS=11,09g SZH=29,81g CK=9,78g SÓ=1,45g TZS=5,06g	EN=545,89kcal FH=20,82g ZS=22,73g SZH=62,92g CK=7,73g SÓ=1,20g TZS=3,51g	EN=182,35kcal FH=5,48g ZS=5,42g SZH=27,17g CK=1,63g SÓ=1,00g TZS=3,36g
KEDD 2022.05.31.	Erdei gyümölcs tea; F tt tojás (3)*; Delma Margarin (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Sárgaborsógulyás (1, 3, 5)*; Tejbedara (1, 2)*; Kakaós cukor (1, 4, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; Alma;
	EN=249,54kcal FH=9,32g ZS=6,92g SZH=34,11g CK=7,79g SÓ=0,87g TZS=2,00g	EN=615,75kcal FH=24,36g ZS=19,89g SZH=81,90g CK=39,81g SÓ=0,87g TZS=4,90g	EN=285,95kcal FH=8,09g ZS=5,16g SZH=49,97g CK=17,88g SÓ=0,70g TZS=3,35g
SZERDA 2022.06.01.	Tej (2)*; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Delma Margarin (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Paradicsomleves bet tésztával (1, 3, 5)*; Mexikói csirkemáj ragu (1, 5)*; Petrezselymes rizs (5)*;	Lapkasajt (2)*; Zsemle (1)*; Zöldpaprika;
	EN=246,40kcal FH=12,31g ZS=8,65g SZH=30,20g CK=9,77g SÓ=1,37g TZS=3,98g	EN=456,78kcal FH=22,09g ZS=13,24g SZH=79,02g CK=15,74g SÓ=0,78g TZS=1,12g	EN=224,20kcal FH=11,10g ZS=6,37g SZH=29,57g CK=0,16g SÓ=1,14g TZS=4,07g
CSÜTÖRTÖK 2022.06.02.	Tejeskávé (1, 2)*; Tejfölös-túró (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Tavaszileves (1, 3, 5)*; Sült virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Burgonyaf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Fatörzskifli (1, 2, 3)*; Alma;
	EN=293,12kcal FH=13,79g ZS=7,62g SZH=41,62g CK=18,03g SÓ=1,01g TZS=3,42g	EN=492,47kcal FH=9,68g ZS=22,02g SZH=50,68g CK=3,24g SÓ=2,14g TZS=2,35g	EN=214,22kcal FH=4,77g ZS=3,59g SZH=39,16g CK=6,16g SÓ=0,40g TZS=1,82g
PÉNTEK 2022.06.03.	Citromos tea; Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Vágott tojásleves (1, 3, 5)*; Rozmaringos sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Hagymás burgonya; Félbarna kenyér (1)*; Vegyes saláta;	Diós kifli (1, 2, 4, 6)*;
	EN=186,42kcal FH=6,21g ZS=5,28g SZH=28,42g CK=7,56g SÓ=1,07g TZS=2,14g	EN=618,78kcal FH=33,40g ZS=17,20g SZH=68,24g CK=10,11g SÓ=1,30g TZS=1,70g	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**