

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2022.06.13.	Tej (2)*; Sajtkrém (2, 5)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*;	Csontleves csigatésztával (1, 3, 5)*; Zöldborsós aprópecsenye (1, 5)*; Bulgur (1, 5)*; Alma;	Túrós bukta (1, 2, 3)*;
	EN=270,00kcal FH=12,25g ZS=7,86g SZH=36,05g CK=9,75g SÓ=1,39g TZS=5,11g	EN=536,59kcal FH=17,84g ZS=22,30g SZH=57,57g CK=3,03g SÓ=0,71g TZS=1,26g	EN=160,00kcal FH=6,50g ZS=3,75g SZH=24,50g CK=8,50g SÓ=0,24g TZS=0,05g
KEDD 2022.06.14.	Karamellás tej (2)*; Molnárka (1, 2, 3)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Finomf zelék (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Félbarna kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=330,90kcal FH=9,96g ZS=9,50g SZH=50,23g CK=25,15g SÓ=0,58g TZS=5,44g	EN=516,74kcal FH=30,49g ZS=15,10g SZH=55,90g CK=10,02g SÓ=1,21g TZS=1,96g	EN=183,15kcal FH=7,15g ZS=5,88g SZH=25,94g CK=0,73g SÓ=1,15g TZS=1,84g
SZERDA 2022.06.15.	Eper-meggy gyümölcs tea; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Kukoricás kenyér (1)*;	Bakonyi betyárleves (1, 2, 3, 5)*; Aranygaluska (1, 2, 3)*; Vanília öntet (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Lapkasajt (2)*; Rozsos párna (1, 12)*; Paradicsom;
	EN=325,85kcal FH=4,35g ZS=13,51g SZH=33,06g CK=8,28g SÓ=1,97g TZS=1,67g	EN=718,38kcal FH=21,21g ZS=24,62g SZH=99,87g CK=37,05g SÓ=1,30g TZS=7,34g	EN=254,33kcal FH=11,73g ZS=8,55g SZH=31,66g CK=0,45g SÓ=1,12g TZS=4,25g
CSÜTÖRTÖK 2022.06.16.	Tej (2)*; Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Burgonyagombóc leves (1, 5)*; Rizseshús (5)*; Uborkasaláta;	Alma; Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Kifli (1, 2)*;
	EN=242,40kcal FH=11,91g ZS=8,25g SZH=30,28g CK=9,93g SÓ=1,33g TZS=4,14g	EN=524,94kcal FH=17,80g ZS=25,25g SZH=67,65g CK=5,39g SÓ=0,95g TZS=1,14g	EN=207,14kcal FH=7,53g ZS=2,65g SZH=36,88g CK=5,22g SÓ=0,47g TZS=0,60g
PÉNTEK 2022.06.17.	Limonádé; F tt tojás (3)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Gombakrémleves (1, 2, 3, 5)*; Levesgyöngy (1, 2, 3)*; Rakott burgonya (1, 2, 3, 4, 5)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*;
	EN=231,85kcal FH=9,21g ZS=6,92g SZH=29,26g CK=7,82g SÓ=0,87g TZS=2,13g	EN=565,93kcal FH=18,07g ZS=22,52g SZH=66,18g CK=2,05g SÓ=1,68g TZS=4,73g	EN=272,50kcal FH=8,17g ZS=5,35g SZH=46,40g CK=18,15g SÓ=0,73g TZS=3,45g

**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 vezetője I kérhet az intézményben.

**Suli-Host  
Étkeztetési  
Rendszer 3.0**