

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2022.06.27.	Citromos tea; Paradicsomos halpástétom (9)*; Félbarna kenyér (1)*;	Csorbaleves (1, 2, 5, 6)*; Darás metélt (1)*; Baracklekvár; Porcukor (1, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Kockasajt (2)*; Delma Margarin (2)*; Kukoricás kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=232,57kcal FH=6,23g ZS=8,07g SZH=33,63g CK=7,66g SÓ=0,95g TZS=1,07g	EN=687,28kcal FH=20,55g ZS=15,72g SZH=113,74g CK=35,32g SÓ=1,10g TZS=0,70g	EN=185,25kcal FH=5,19g ZS=5,92g SZH=27,16g CK=0,09g SÓ=1,33g TZS=3,03g
KEDD 2022.06.28.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Delma Margarin (2)*; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Paradicsom; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Burgonyaleves (1, 2, 5)*; Húsos lecsó tarhonyával (1)*; Félbarna kenyér (1)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Rozsos párna (1, 12)*; Alma;
	EN=196,44kcal FH=6,68g ZS=5,71g SZH=29,37g CK=7,40g SÓ=1,11g TZS=1,98g	EN=483,86kcal FH=18,97g ZS=20,79g SZH=52,14g CK=3,99g SÓ=3,26g TZS=0,70g	EN=259,28kcal FH=7,32g ZS=7,00g SZH=40,56g CK=0,45g SÓ=1,14g TZS=3,26g
SZERDA 2022.06.29.	Limonádé; Kockasajt (2)*; Liga Margarin; Lenmagos kenyér (1)*; Kigyóuborka;	Reszelt tésztaleves (1, 3, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Sárgarépa zselé (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Müzli szelet (1, 2, 4, 6, 8, 12)*;	Csemege szalámi; Delma Margarin (2)*; Rozs kenyér (1)*;
	EN=220,15kcal FH=5,73g ZS=6,97g SZH=32,63g CK=7,50g SÓ=1,33g TZS=3,17g	EN=516,52kcal FH=17,88g ZS=19,53g SZH=64,97g CK=25,05g SÓ=1,17g TZS=2,34g	EN=193,38kcal FH=5,22g ZS=8,36g SZH=24,05g CK=0,23g SÓ=1,26g TZS=3,17g
CSÜTÖRTÖK 2022.06.30.	Tejeskávé (1, 2)*; Fonottka (1, 2)*;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Hentes tokány (1, 11)*; Párolt rizs (5)*;	Zala felvágott (4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=303,98kcal FH=10,15g ZS=6,74g SZH=49,28g CK=19,66g SÓ=0,70g TZS=3,94g	EN=522,02kcal FH=23,00g ZS=26,27g SZH=63,58g CK=1,74g SÓ=1,24g TZS=1,89g	EN=167,10kcal FH=7,06g ZS=5,91g SZH=21,91g CK=0,42g SÓ=1,15g TZS=1,98g
PÉNTEK 2022.07.01.	Karamellás tej (2)*; Ken májas (1, 2, 4)*; Magvas kenyér (1, 12)*;	Olasz zöldségleves gyufatésztával (1, 3, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Burgonyapüré (2, 4)*; Uborkasaláta; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Joghurt (2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=323,90kcal FH=11,69g ZS=12,02g SZH=42,02g CK=20,60g SÓ=1,23g TZS=5,72g	EN=571,50kcal FH=30,11g ZS=15,48g SZH=66,50g CK=13,88g SÓ=1,19g TZS=2,12g	EN=273,12kcal FH=9,43g ZS=8,99g SZH=37,46g CK=12,16g SÓ=0,55g TZS=5,42g

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