

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2022.07.11.	Tej (2)*; Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Palócleves (1, 2, 3, 5)*; Szilvágombóc (1, 3)*; Fahéjas cukor (1, 13)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Paradicsomos halpástétom (9)*; Magvas kenyér (1, 12)*; Zöldpaprika;
	EN=261,35kcal FH=11,13g ZS=7,66g SZH=36,30g CK=11,03g SÓ=1,35g TZS=4,85g	EN=644,71kcal FH=14,14g ZS=18,37g SZH=79,06g CK=27,79g SÓ=3,28g TZS=0,92g	EN=204,30kcal FH=6,28g ZS=9,33g SZH=23,71g CK=0,18g SÓ=0,91g TZS=1,39g
KEDD 2022.07.12.	Limonádé; Zala felvágott (4)*; Delma Margarin (2)*; Félbarna kenyér (1)*; Paradicsom;	Tarhonyaleves (1, 5)*; Stefánia vagdalt (1, 3)*; Spenót (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Gyümölcsös krémjoghurt (1, 2)*; Fatörzskifli (1, 2, 3)*;
	EN=219,25kcal FH=7,10g ZS=5,91g SZH=34,18g CK=8,01g SÓ=1,15g TZS=1,84g	EN=531,68kcal FH=23,20g ZS=26,14g SZH=46,55g CK=8,48g SÓ=1,56g TZS=3,69g	EN=305,12kcal FH=8,45g ZS=7,59g SZH=48,96g CK=22,41g SÓ=0,63g TZS=4,57g
SZERDA 2022.07.13.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Virsli (1, 2, 3, 4, 6, 8, 11, 12, 13)*; Ketchup; Hosszú zsemle (1)*;	Zöldbableves (1, 2, 3, 5)*; Csirkemájás sertésragu (1, 5)*; Törtburgonya (5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Sajtkrém (2, 5)*; Kukoricás kenyér (1)*; Kigyóuborka;
	EN=348,21kcal FH=5,15g ZS=13,68g SZH=37,21g CK=8,35g SÓ=1,97g TZS=1,81g	EN=511,34kcal FH=21,81g ZS=20,21g SZH=54,78g CK=2,37g SÓ=1,00g TZS=0,72g	EN=172,95kcal FH=5,54g ZS=4,65g SZH=26,54g CK=0,09g SÓ=1,16g TZS=2,94g
CSÜTÖRTÖK 2022.07.14.	Tejeskávé (1, 2)*; Kifli (1, 2)*; F tt tojás (3)*; Delma Margarin (2)*;	Karfiollevés (1, 3, 5)*; Brassói aprópecsenye (1, 5)*; Bulgur (1, 5)*;	Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;
	EN=374,68kcal FH=14,58g ZS=12,96g SZH=45,66g CK=19,57g SÓ=0,91g TZS=5,79g	EN=548,88kcal FH=20,56g ZS=27,10g SZH=47,26g CK=3,23g SÓ=0,74g TZS=1,27g	EN=165,30kcal FH=6,66g ZS=5,71g SZH=21,84g CK=0,42g SÓ=1,11g TZS=1,98g
PÉNTEK 2022.07.15.	Tej (2)*; Vajkrém (2)*; Fonottka (1, 2)*;	Hargitai burgonyaleves (1, 2, 4, 5)*; Sültcsirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Rizibizi (5)*; Sárgarépás káposztasaláta; Teljes kiörlés kenyér (1)*;	Kakaós csiga (1, 2)*;
	EN=259,60kcal FH=10,48g ZS=6,55g SZH=38,95g CK=11,33g SÓ=0,80g TZS=2,70g	EN=629,97kcal FH=31,91g ZS=22,98g SZH=82,47g CK=7,81g SÓ=1,58g TZS=3,12g	EN=209,00kcal FH=2,70g ZS=10,45g SZH=25,35g CK=8,95g SÓ=0,35g TZS=5,25g

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=Rákkfélek; 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