

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2022.09.12.	Eper-csipkebogyó gyümölcs tea; Csemege szalámi; Liga Margarin; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Májgaluskaleves (1, 3, 5)*; Diós metélt (1)*; Diós porcukor (1, 6, 13)*;	Sajtos pogácsa (1, 2)*; Alma;
	EN=219,72kcal FH=6,49g ZS=8,51g SZH=28,92g CK=7,35g SÓ=1,22g TZS=3,30g	EN=482,57kcal FH=16,95g ZS=18,76g SZH=59,93g CK=17,81g SÓ=0,58g TZS=0,76g	EN=227,60kcal FH=5,19g ZS=7,10g SZH=34,55g CK=0,90g SÓ=1,35g TZS=3,55g
KEDD 2022.09.13.	Tejeskávé (1, 2)*; Vajkrém (2)*; Zsemle (1)*;	Csontleves eperszalagtszálával (1, 3, 5)*; Halpaprikás (1, 2, 5, 9)*; Galuska (1, 3)*; Uborkasaláta;	Lapkasajt (2)*; Delma Margarin (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Zöldpaprika;
	EN=321,03kcal FH=10,77g ZS=8,12g SZH=49,70g CK=17,94g SÓ=0,88g TZS=3,56g	EN=511,93kcal FH=33,29g ZS=15,15g SZH=100,26g CK=5,55g SÓ=1,62g TZS=1,62g	EN=202,55kcal FH=10,78g ZS=8,29g SZH=21,39g CK=0,27g SÓ=1,21g TZS=4,53g
SZERDA 2022.09.14.	Limonádé; Ken májas (1, 2, 4)*; Teljes kiörlés zsemle (1)*; Kigyóuborka;	Szárazbaleves (1, 5)*; Rozmaringos sült csirkecomb (1, 2, 3, 4, 5, 11)*; Petrezselymes burgonya (5)*; Vegyes saláta;	Vaníliás krémturó (1, 2, 13)*; Molnárka (1, 2, 3)*;
	EN=216,50kcal FH=6,60g ZS=5,43g SZH=32,74g CK=7,93g SÓ=1,04g TZS=2,31g	EN=581,91kcal FH=33,69g ZS=13,24g SZH=69,35g CK=10,06g SÓ=0,78g TZS=0,61g	EN=221,09kcal FH=7,53g ZS=5,39g SZH=34,45g CK=8,54g SÓ=0,39g TZS=2,04g
CSÜTÖRTÖK 2022.09.15.	Tej (2)*; Sertés párizsi (1, 2, 4)*; Delma Margarin (2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Paradicsom;	Hargitai burgonyaleves (1, 2, 5)*; Tavaszi rizottó (5)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma bef tt;	Sajtkrém (2, 5)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=253,30kcal FH=12,62g ZS=8,71g SZH=31,39g CK=9,77g SÓ=1,37g TZS=3,98g	EN=590,16kcal FH=18,81g ZS=21,94g SZH=133,33g CK=11,56g SÓ=2,03g TZS=1,03g	EN=175,65kcal FH=5,96g ZS=4,71g SZH=27,42g CK=0,58g SÓ=1,16g TZS=2,80g
PÉNTEK 2022.09.16.	Tejeskávé (1, 2)*; Kockasajt (2)*; Kifli (1, 2)*;	Lebbencsleves (1, 5)*; Rúdvagdalt (1, 3, 5)*; Spenót (1, 2)*; Teljes kiörlés kenyér (1)*; Alma;	Méz; Teavaj (2)*; Félbarna kenyér (1)*;
	EN=329,83kcal FH=11,23g ZS=10,05g SZH=47,28g CK=19,39g SÓ=1,30g TZS=6,09g	EN=468,68kcal FH=19,49g ZS=19,24g SZH=51,81g CK=8,40g SÓ=1,09g TZS=2,16g	EN=228,45kcal FH=4,08g ZS=8,65g SZH=34,94g CK=10,44g SÓ=0,65g TZS=5,75g

**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**