

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.04.29.	Tea csipkebogyó; Zöldf szerez harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Rizsleves; Chilis bab diéta; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=221,08kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=27,61g CK=5,17g SÓ=0,95g TZS=1,39g	Iskola: EN=254,42kcal FH=6,31g ZS=9,52g SZH=34,83g CK=7,21g SÓ=1,09g TZS=1,43g	K.Iskola: EN=412,94kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=49,01g CK=9,32g SÓ=1,76g TZS=2,74g
KEDD 2024.04.30.	Tej (2)*; Házi pulykahúskrém; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	Csontleves; Mustáros sertésszelet (diéta) (11)*; Párolt zöldségek inyenc (5)*; Párolt rizs;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=261,38kcal FH=13,75g ZS=10,03g SZH=30,64g CK=9,33g SÓ=0,85g TZS=2,76g	Iskola: EN=344,86kcal FH=18,36g ZS=12,64g SZH=38,52g CK=11,65g SÓ=1,04g TZS=3,45g	K.Iskola: EN=444,07kcal FH=23,20g ZS=15,62g SZH=51,43g CK=14,00g SÓ=1,39g TZS=4,20g
SZERDA 2024.05.01.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;	Lebbencs leves; Sült csirkecomb; Finomf zelék tejes (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=356,70kcal FH=12,15g ZS=10,80g SZH=38,65g CK=0,15g SÓ=1,18g TZS=5,40g	Iskola: EN=388,10kcal FH=14,75g ZS=13,10g SZH=38,70g CK=0,15g SÓ=1,34g TZS=6,90g	K.Iskola: EN=419,50kcal FH=17,35g ZS=15,40g SZH=38,75g CK=0,15g SÓ=1,50g TZS=8,40g
CSÜTÖRTÖK 2024.05.02.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Alma;	Szilvaleves 'tejmentes'; Sült hal kukoricadarával (9)*; Burgonyapüré natur; Csemege uborka (11)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Petrezselymes túrókrém (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=336,10kcal FH=10,64g ZS=6,90g SZH=44,20g CK=9,30g SÓ=0,85g TZS=2,70g	Iskola: EN=370,50kcal FH=12,35g ZS=7,65g SZH=49,30g CK=11,60g SÓ=0,90g TZS=3,15g	K.Iskola: EN=392,50kcal FH=13,90g ZS=8,40g SZH=51,60g CK=13,90g SÓ=0,95g TZS=3,60g
PÉNTEK 2024.05.03.	Tea citromos; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Milánói makaróni; Sajtszórat (2)*; Alma;	Poharas tej (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;
	Óvoda: EN=191,22kcal FH=5,56g ZS=6,82g SZH=26,16g CK=5,17g SÓ=0,89g TZS=1,94g	Iskola: EN=263,28kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=33,69g CK=7,25g SÓ=1,36g TZS=3,06g	K.Iskola: EN=340,78kcal FH=11,68g ZS=11,56g SZH=46,24g CK=9,31g SÓ=1,80g TZS=3,68g
Óvoda: EN=817,89kcal FH=39,41g ZS=28,31g SZH=98,93g CK=4,26g SÓ=1,45g TZS=1,18g	Óvoda: EN=130,90kcal FH=5,59g ZS=1,76g SZH=22,35g CK=0,08g SÓ=0,57g TZS=0,16g	Óvoda: EN=185,80kcal FH=8,31g ZS=3,60g SZH=28,85g CK=0,10g SÓ=0,71g TZS=0,20g	Óvoda: EN=250,90kcal FH=10,78g ZS=4,64g SZH=39,90g CK=0,14g SÓ=1,00g TZS=0,28g
Óvoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Óvoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Óvoda: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=60,45g CK=30,95g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Óvoda: EN=179,60kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g
Óvoda: EN=895,20kcal FH=42,92g ZS=23,29g SZH=141,68g CK=30,75g SÓ=3,81g TZS=0,99g	Óvoda: EN=124,96kcal FH=5,23g ZS=1,67g SZH=21,45g CK=0,08g SÓ=0,57g TZS=0,16g	Óvoda: EN=175,89kcal FH=7,72g ZS=3,45g SZH=27,35g CK=0,10g SÓ=0,71g TZS=0,20g	Óvoda: EN=239,02kcal FH=10,07g ZS=4,46g SZH=38,10g CK=0,14g SÓ=1,00g TZS=0,28g
Óvoda: EN=802,23kcal FH=29,20g ZS=9,55g SZH=122,60g CK=19,64g SÓ=0,75g TZS=3,78g	Óvoda: EN=304,50kcal FH=11,51g ZS=9,59g SZH=41,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Óvoda: EN=308,50kcal FH=11,75g ZS=9,65g SZH=41,60g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Óvoda: EN=310,50kcal FH=11,87g ZS=9,68g SZH=41,90g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g

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:

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna					
HÉTF 2024.05.06.	Tej (2)*; Mini méz; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;	Frankfurti leves liszt-,tejmentes; Darásmetél; Alma;	Paradicsomos harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;					
	Óvoda: EN=338,50kcal FH=10,05g ZS=8,55g SZH=56,13g CK=30,07g SÓ=0,55g TZS=2,85g	Iskola: EN=360,50kcal FH=11,60g ZS=9,30g SZH=58,43g CK=32,37g SÓ=0,60g TZS=3,30g	K.Iskola: EN=382,50kcal FH=13,15g ZS=10,05g SZH=60,73g CK=34,67g SÓ=0,65g TZS=3,75g	Óvoda: EN=651,14kcal FH=10,37g ZS=16,70g SZH=112,65g CK=32,56g SÓ=1,28g TZS=3,41g	Iskola: EN=860,50kcal FH=14,81g ZS=23,02g SZH=145,65g CK=38,70g SÓ=2,03g TZS=5,22g	K.Iskola: EN=994,71kcal FH=16,93g ZS=26,07g SZH=169,78g CK=38,83g SÓ=2,18g TZS=5,47g	Óvoda: EN=201,20kcal FH=5,63g ZS=9,47g SZH=22,69g CK=0,14g SÓ=0,95g TZS=1,39g	Iskola: EN=226,30kcal FH=6,37g ZS=9,55g SZH=27,89g CK=0,16g SÓ=1,09g TZS=1,43g
KEDD 2024.05.07.	Rostos ivólé 100% narancs; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vagdalt pogácsa burgonyás; Zöldborsóf zelék (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;					
	Óvoda: EN=314,10kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=29,95g CK=0,08g SÓ=1,04g TZS=5,36g	Iskola: EN=370,60kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=35,20g CK=0,10g SÓ=1,34g TZS=6,90g	K.Iskola: EN=452,20kcal FH=18,18g ZS=15,56g SZH=45,65g CK=0,14g SÓ=1,78g TZS=8,48g	Óvoda: EN=648,36kcal FH=25,04g ZS=25,12g SZH=75,75g CK=17,19g SÓ=1,10g TZS=1,59g	Iskola: EN=851,79kcal FH=32,38g ZS=33,66g SZH=98,64g CK=23,38g SÓ=1,65g TZS=2,09g	K.Iskola: EN=1 050,75kcal FH=38,70g ZS=38,96g SZH=128,73g CK=31,62g SÓ=2,10g TZS=2,54g	Óvoda: EN=180,50kcal FH=4,71g ZS=3,99g SZH=30,40g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Iskola: EN=184,50kcal FH=4,95g ZS=4,05g SZH=31,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g
SZERDA 2024.05.08.	Tej (2)*; Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Paradicsom leves (5)*; Rakott brokkoli kölessel sajtos (2)*; Alma;	Tejfölös túró (házi) (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;					
	Óvoda: EN=267,60kcal FH=12,55g ZS=9,89g SZH=31,47g CK=9,28g SÓ=1,15g TZS=3,61g	Iskola: EN=314,70kcal FH=14,84g ZS=10,72g SZH=38,97g CK=11,60g SÓ=1,34g TZS=4,10g	K.Iskola: EN=466,10kcal FH=21,26g ZS=18,20g SZH=53,14g CK=13,94g SÓ=2,06g TZS=6,28g	Óvoda: EN=526,08kcal FH=26,16g ZS=17,89g SZH=60,26g CK=16,35g SÓ=0,63g TZS=2,90g	Iskola: EN=674,20kcal FH=33,23g ZS=23,61g SZH=76,28g CK=22,27g SÓ=0,88g TZS=3,67g	K.Iskola: EN=818,70kcal FH=41,41g ZS=29,89g SZH=88,99g CK=26,89g SÓ=1,21g TZS=4,76g	Óvoda: EN=128,50kcal FH=5,53g ZS=1,70g SZH=21,96g CK=0,08g SÓ=0,57g TZS=0,16g	Iskola: EN=181,80kcal FH=8,21g ZS=3,50g SZH=28,20g CK=0,10g SÓ=0,71g TZS=0,20g
CSÜTÖRTÖK 2024.05.09.	Alma rostoslé 'dobozos'; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Burgonyaleves tejfölös (2)*; Sült csirkecomb; Almamártás (2)*; Pirított kukoricadara;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;					
	Óvoda: EN=260,10kcal FH=4,96g ZS=7,22g SZH=30,20g CK=0,20g SÓ=0,96g TZS=2,06g	Iskola: EN=325,40kcal FH=7,70g ZS=10,70g SZH=35,80g CK=0,34g SÓ=1,50g TZS=3,30g	K.Iskola: EN=395,70kcal FH=10,18g ZS=12,56g SZH=46,40g CK=0,44g SÓ=1,98g TZS=3,98g	Óvoda: EN=534,51kcal FH=22,38g ZS=20,30g SZH=56,47g CK=17,99g SÓ=0,15g TZS=1,23g	Iskola: EN=701,83kcal FH=27,51g ZS=26,51g SZH=77,19g CK=25,32g SÓ=0,27g TZS=1,73g	K.Iskola: EN=854,91kcal FH=32,22g ZS=32,56g SZH=95,16g CK=32,67g SÓ=0,46g TZS=2,24g	Óvoda: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SÓ=0,85g TZS=4,50g	Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SÓ=0,85g TZS=4,50g
PÉNTEK 2024.05.10.	Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;	Gomba krémleves tej-, lisztmentes; Sertés flekken; Kukoricás rizs; Uborkasaláta;	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;					
	Óvoda: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	Iskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	K.Iskola: EN=304,00kcal FH=8,80g ZS=9,15g SZH=33,00g CK=5,80g SÓ=0,80g TZS=4,35g	Óvoda: EN=457,74kcal FH=25,03g ZS=18,34g SZH=57,93g CK=5,53g SÓ=0,27g TZS=1,27g	Iskola: EN=588,62kcal FH=32,23g ZS=22,06g SZH=80,41g CK=6,91g SÓ=0,66g TZS=1,48g	K.Iskola: EN=676,73kcal FH=36,46g ZS=24,90g SZH=94,45g CK=8,24g SÓ=0,99g TZS=1,70g	Óvoda: EN=145,90kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=21,47g CK=0,08g SÓ=1,06g TZS=0,99g	Iskola: EN=185,00kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=27,35g CK=0,10g SÓ=1,70g TZS=1,17g

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:

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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=Szezámag; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna					
HÉTF 2024.05.13.	Tej (2)*; Zöldséges harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Tárkonyos csirkeraguleves 'tejmentes'; Diós metélt (6)*; Alma;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;					
	Óvoda: EN=288,60kcal FH=11,77g ZS=12,44g SZH=31,77g CK=9,34g SÓ=1,15g TZS=3,19g	Iskola: EN=335,70kcal FH=14,06g ZS=13,27g SZH=39,27g CK=11,66g SÓ=1,34g TZS=3,68g	K.Iskola: EN=508,10kcal FH=19,70g ZS=23,30g SZH=53,74g CK=14,06g SÓ=2,06g TZS=5,44g	Óvoda: EN=550,34kcal FH=17,29g ZS=16,72g SZH=80,25g CK=18,28g SÓ=0,29g TZS=0,31g	Iskola: EN=751,53kcal FH=21,66g ZS=25,20g SZH=106,49g CK=23,68g SÓ=0,43g TZS=0,82g	K.Iskola: EN=906,49kcal FH=25,39g ZS=31,29g SZH=127,32g CK=26,78g SÓ=0,50g TZS=1,23g	Óvoda: EN=208,70kcal FH=6,04g ZS=10,57g SZH=21,85g CK=0,11g SÓ=1,03g TZS=3,64g	Iskola: EN=285,00kcal FH=8,82g ZS=15,14g SZH=27,75g CK=0,15g SÓ=1,49g TZS=5,53g
KEDD 2024.05.14.	Rostos almálé; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;	Csontleves; Vagdalt sertés(tojás-,lisztmentes); Paradicsomos káposzta (5)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;					
	Óvoda: EN=220,15kcal FH=6,19g ZS=1,72g SZH=31,15g CK=0,12g SÓ=0,59g TZS=0,16g	Iskola: EN=268,43kcal FH=9,31g ZS=2,81g SZH=37,32g CK=0,18g SÓ=0,73g TZS=0,20g	K.Iskola: EN=327,59kcal FH=11,65g ZS=3,36g SZH=48,19g CK=0,27g SÓ=1,04g TZS=0,28g	Óvoda: EN=517,91kcal FH=19,06g ZS=21,53g SZH=59,39g CK=12,48g SÓ=0,73g TZS=0,87g	Iskola: EN=676,70kcal FH=24,86g ZS=28,96g SZH=75,72g CK=15,56g SÓ=1,14g TZS=1,18g	K.Iskola: EN=828,40kcal FH=29,37g ZS=34,02g SZH=96,86g CK=18,60g SÓ=1,65g TZS=1,53g	Óvoda: EN=179,60kcal FH=6,35g ZS=6,89g SZH=22,27g CK=0,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g	Iskola: EN=204,70kcal FH=7,09g ZS=6,97g SZH=27,47g CK=0,10g SÓ=1,09g TZS=1,85g
SZERDA 2024.05.15.	Tea csipkebogyó; Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Tarhonyás csirke (combfilé); Uborkasaláta;	Joghurt (2)*; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*;					
	Óvoda: EN=166,38kcal FH=5,02g ZS=4,17g SZH=26,51g CK=5,11g SÓ=1,06g TZS=0,99g	Iskola: EN=213,72kcal FH=7,82g ZS=4,59g SZH=34,41g CK=7,15g SÓ=1,70g TZS=1,17g	K.Iskola: EN=279,04kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=47,16g CK=9,20g SÓ=2,23g TZS=1,31g	Óvoda: EN=468,80kcal FH=22,20g ZS=14,43g SZH=59,82g CK=6,45g SÓ=0,38g TZS=0,99g	Iskola: EN=579,91kcal FH=28,05g ZS=17,70g SZH=73,67g CK=8,12g SÓ=0,55g TZS=1,20g	K.Iskola: EN=712,00kcal FH=31,94g ZS=21,07g SZH=94,58g CK=9,71g SÓ=0,71g TZS=1,46g	Óvoda: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SÓ=0,85g TZS=4,50g	Iskola: EN=267,50kcal FH=9,45g ZS=9,30g SZH=35,50g CK=6,15g SÓ=0,85g TZS=4,50g
CSÜTÖRTÖK 2024.05.16.	Tej (2)*; Házi zöldséges sertéshúskrém 'tejmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Szilvaleves 'tejmentes'; Paprikás sült hal (9)*; Rizibizi; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Alma;	Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;					
	Óvoda: EN=239,06kcal FH=13,41g ZS=6,94g SZH=30,13g CK=9,33g SÓ=0,85g TZS=2,56g	Iskola: EN=302,52kcal FH=17,81g ZS=8,58g SZH=37,67g CK=11,65g SÓ=1,04g TZS=3,05g	K.Iskola: EN=407,32kcal FH=25,04g ZS=11,11g SZH=50,45g CK=13,99g SÓ=1,37g TZS=3,58g	Óvoda: EN=503,32kcal FH=18,45g ZS=10,45g SZH=93,07g CK=19,39g SÓ=1,77g TZS=1,20g	Iskola: EN=665,24kcal FH=24,27g ZS=13,59g SZH=125,67g CK=25,19g SÓ=2,23g TZS=1,56g	K.Iskola: EN=816,62kcal FH=30,02g ZS=15,86g SZH=154,76g CK=33,02g SÓ=2,83g TZS=1,86g	Óvoda: EN=170,50kcal FH=5,56g ZS=6,82g SZH=21,10g CK=0,12g SÓ=0,89g TZS=1,94g	Iskola: EN=234,20kcal FH=8,90g ZS=9,90g SZH=26,60g CK=0,18g SÓ=1,36g TZS=3,06g
PÉNTEK 2024.05.17.	Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Brokkoli krémleves 'Tej-, lisztmentes'; Almás sajtos csirkecomb (2)*; Burgonyapüré natur;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;					
	Óvoda: EN=227,90kcal FH=8,12g ZS=9,16g SZH=27,40g CK=5,78g SÓ=0,71g TZS=4,31g	Iskola: EN=257,00kcal FH=9,10g ZS=9,30g SZH=33,20g CK=5,80g SÓ=0,85g TZS=4,35g	K.Iskola: EN=309,20kcal FH=10,70g ZS=9,49g SZH=43,90g CK=5,84g SÓ=1,13g TZS=4,43g	Óvoda: EN=510,45kcal FH=28,91g ZS=12,75g SZH=64,32g CK=6,06g SÓ=0,60g TZS=1,94g	Iskola: EN=672,64kcal FH=38,43g ZS=17,94g SZH=82,18g CK=7,70g SÓ=1,10g TZS=3,55g	K.Iskola: EN=784,69kcal FH=43,14g ZS=20,28g SZH=98,80g CK=9,22g SÓ=1,14g TZS=3,66g	Óvoda: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Iskola: EN=253,00kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=45,45g CK=17,70g SÓ=0,35g TZS=1,05g

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:

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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=Csilagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.05.20.	Joghurt (2)*; Zöldséges harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Babgulyás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejes' (2)*; Alma;	Mini méz; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=293,60kcal FH=10,67g ZS=14,84g SZH=28,57g CK=6,14g SÓ=1,10g TZS=4,99g	Iskola: EN=318,70kcal FH=11,41g ZS=14,92g SZH=33,77g CK=6,16g SÓ=1,24g TZS=5,03g	K.Iskola: EN=469,10kcal FH=15,50g ZS=24,20g SZH=45,94g CK=6,26g SÓ=1,91g TZS=6,34g
KEDD 2024.05.21.	Rostos almale; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Gomba leves; Sertés sült; Meggy mártás 'tejmentes'; Főtt burgonya;	Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Banán;
	Óvoda: EN=314,10kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=29,95g CK=0,08g SÓ=1,04g TZS=5,36g	Iskola: EN=370,60kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=35,20g CK=0,10g SÓ=1,34g TZS=6,90g	K.Iskola: EN=452,20kcal FH=18,18g ZS=15,56g SZH=45,65g CK=0,14g SÓ=1,78g TZS=8,48g
SZERDA 2024.05.22.	Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;	Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vadas pulykaapró (2, 5, 11)*; Szarvacskaszerű gluténmentes; Narancs;	Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=210,98kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=35,49g CK=9,48g SÓ=0,35g TZS=1,05g	Iskola: EN=219,22kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=37,51g CK=11,50g SÓ=0,35g TZS=1,05g	K.Iskola: EN=227,34kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=39,52g CK=13,51g SÓ=0,35g TZS=1,05g
CSÜTÖRTÖK 2024.05.23.	Tea citromos; Körözött 'házi' (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Almaleves (tejes) (2)*; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=149,27kcal FH=5,89g ZS=1,69g SZH=26,70g CK=5,17g SÓ=0,59g TZS=0,16g	Iskola: EN=203,51kcal FH=8,81g ZS=2,76g SZH=34,56g CK=7,26g SÓ=0,73g TZS=0,20g	K.Iskola: EN=269,47kcal FH=11,05g ZS=3,30g SZH=47,26g CK=9,34g SÓ=1,04g TZS=0,28g
PÉNTEK 2024.05.24.	Tej (2)*; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke (tojás-, lisztmentes); Parajf zelék tejjel (2)*; Főtt burgonya; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=304,70kcal FH=13,45g ZS=9,93g SZH=39,51g CK=9,39g SÓ=1,23g TZS=3,78g	Iskola: EN=367,70kcal FH=17,80g ZS=13,70g SZH=42,45g CK=11,73g SÓ=1,61g TZS=5,31g	K.Iskola: EN=410,20kcal FH=20,75g ZS=15,96g SZH=45,07g CK=14,05g SÓ=1,82g TZS=6,30g

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:

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

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=Rákkeltő; 11=Mustár; 12=Szezám; 13=Kén-dioxid; 14=Csillagfű; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. diétikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0

	Tízórai	Ebéd A	Uzsonna
HÉTF 2024.05.27.	Tea csipkebogyó; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;	Zöldborsó leves 'tej-, cukor-, lisztmentes'; Bolognai halas-tészta (9)*; Alma;	Kefír (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=158,38kcal FH=3,32g ZS=3,91g SZH=26,74g CK=5,11g SÓ=0,56g TZS=0,86g	Iskola: EN=195,72kcal FH=4,30g ZS=4,05g SZH=34,56g CK=7,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=256,04kcal FH=5,90g ZS=4,24g SZH=47,27g CK=9,20g SÓ=0,98g TZS=0,98g
KEDD 2024.05.28.	Tej (2)*; Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárka (allergénmentes) (1)*;	Csontleves; Rakott zöldbab tejfölös (2)*; Alma;	Pápai sonka (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;
	Óvoda: EN=341,00kcal FH=10,05g ZS=8,55g SZH=54,65g CK=26,90g SÓ=0,55g TZS=2,85g	Iskola: EN=363,00kcal FH=11,60g ZS=9,30g SZH=56,95g CK=29,20g SÓ=0,60g TZS=3,30g	K.Iskola: EN=447,50kcal FH=13,15g ZS=10,05g SZH=74,25g CK=44,75g SÓ=0,65g TZS=3,75g
SZERDA 2024.05.29.	Rostos almalé; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Zöldpaprika;	Karalábé leves; Köményes sertéssült; Burgonyaf zelék tejfölös (2)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Tauris Király szalámi; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=268,50kcal FH=4,71g ZS=3,99g SZH=39,40g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Iskola: EN=272,50kcal FH=4,95g ZS=4,05g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=274,50kcal FH=5,07g ZS=4,08g SZH=40,30g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g
CSÜTÖRTÖK 2024.05.30.	Tej (2)*; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*; Uborka;	Lebbencs leves; Kapros káposzta 'Liszt-, tejtmentes'; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;
	Óvoda: EN=305,60kcal FH=10,50g ZS=6,93g SZH=37,01g CK=9,30g SÓ=0,85g TZS=2,70g	Iskola: EN=330,00kcal FH=12,25g ZS=7,70g SZH=39,65g CK=11,60g SÓ=0,90g TZS=3,15g	K.Iskola: EN=353,20kcal FH=13,90g ZS=8,46g SZH=42,12g CK=13,90g SÓ=0,95g TZS=3,60g
PÉNTEK 2024.05.31.	Rostos almalé; Trappista sajt (2)*; Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;	Zöldségleves 'tej-, cukormentes'; Mézes mustáros csirkefilé 'gluténmentes' (11)*; Párolt rizs; Alma;	Zöldf szeres harcsapástétom (9)*; Zsemle (adalékmentes) (1)*;
	Óvoda: EN=314,10kcal FH=10,76g ZS=10,72g SZH=29,95g CK=0,08g SÓ=1,04g TZS=5,36g	Iskola: EN=370,60kcal FH=14,10g ZS=13,10g SZH=35,20g CK=0,10g SÓ=1,34g TZS=6,90g	K.Iskola: EN=452,20kcal FH=18,18g ZS=15,56g SZH=45,65g CK=0,14g SÓ=1,78g TZS=8,48g

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:

0100A1 Alapdiéta (Tojásmentes)

Tápanyagtartalom: EN=Számított energia; FH=Fehérje; ZS=Zsír; SZH=Szénhidrát; CK=Cukor; SÓ=SÓ;
TZS=Telített zsírok

(* 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=Csillagfürt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

Diétás ételek összetételével, az allergén anyagokkal kapcsolatos tájékoztatás a Szegedi ÓVI (www.oivi.szegedvaros.hu), NGSZ (www.ngsz.hu) valamint a SULI-HOST Kft. (www.suli-host.hu) honlapján megtalálható. Szóbeli tájékoztatást telefonon a SULI-HOST Kft. diétetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0