

	Tízórai			Ebéd A			Uzsonna		
HÉTFŐ 2025.06.16.	Tea citromos; Zöldfűszeres harcsapástétom (9)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			Gulyás leves sertéshússal; Gyümölcsrizs 'tejmentes'; Alma;			Mini méz; Bebo margarin 10g; Kifli (adalékmentes) (1)*;		
	Óvoda: EN=221,32kcal FH=5,57g ZS=9,44g SZH=27,63g CK=5,19g SÓ=0,95g TZS=1,39g	Iskola: EN=254,78kcal FH=6,31g ZS=9,52g SZH=34,86g CK=7,23g SÓ=1,09g TZS=1,43g	K.Iskola: EN=413,18kcal FH=10,40g ZS=18,80g SZH=49,03g CK=9,33g SÓ=1,76g TZS=2,74g	Óvoda: EN=492,79kcal FH=14,34g ZS=12,24g SZH=79,62g CK=18,74g SÓ=0,36g TZS=0,63g	Iskola: EN=631,88kcal FH=20,06g ZS=14,51g SZH=102,64g CK=27,20g SÓ=0,54g TZS=0,63g	K.Iskola: EN=751,80kcal FH=23,36g ZS=16,88g SZH=123,31g CK=37,93g SÓ=0,74g TZS=0,74g	Óvoda: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=3,90g SZH=43,78g CK=16,52g SÓ=0,65g TZS=0,90g	Iskola: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=3,90g SZH=43,78g CK=16,52g SÓ=0,65g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=274,00kcal FH=4,00g ZS=3,90g SZH=43,78g CK=16,52g SÓ=0,65g TZS=0,90g
KEDD 2025.06.17.	Rostos almalé; Baromfi párizsi (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			Gomba leves; Sertés sült; Meggymártás 'tejmentes'; Főtt burgonya;			Alma; 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=513,55kcal FH=24,40g ZS=14,80g SZH=66,72g CK=26,37g SÓ=0,29g TZS=0,83g	Iskola: EN=635,59kcal FH=30,55g ZS=18,49g SZH=81,84g CK=31,99g SÓ=0,53g TZS=1,04g	K.Iskola: EN=746,28kcal FH=34,37g ZS=23,16g SZH=94,42g CK=36,53g SÓ=0,68g TZS=1,44g	Óvoda: EN=208,60kcal FH=4,79g ZS=3,90g SZH=37,20g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	Iskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g	K.Iskola: EN=221,00kcal FH=4,95g ZS=3,90g SZH=40,00g CK=0,15g SÓ=0,70g TZS=0,90g
SZERDA 2025.06.18.	Rizsital; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;			Tarhonyaleves 'tej-, cukormentes'; Vadas pulykaapró 'tejmentes' (5, 11)*; Szarvacska tészta gluténment.; Narancs;			Csirkemájkrém 30g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Uborka;		
	Óvoda: EN=310,50kcal FH=5,85g ZS=7,55g SZH=54,45g CK=4,45g SÓ=0,55g TZS=1,05g	Iskola: EN=340,50kcal FH=6,35g ZS=8,05g SZH=60,45g CK=4,45g SÓ=0,60g TZS=1,05g	K.Iskola: EN=370,50kcal FH=6,85g ZS=8,55g SZH=66,45g CK=4,45g SÓ=0,65g TZS=1,05g	Óvoda: EN=606,90kcal FH=22,68g ZS=22,25g SZH=75,24g CK=1,47g SÓ=0,55g TZS=1,44g	Iskola: EN=795,11kcal FH=28,63g ZS=29,29g SZH=99,39g CK=1,77g SÓ=0,95g TZS=1,94g	K.Iskola: EN=941,35kcal FH=32,22g ZS=34,47g SZH=120,12g CK=2,11g SÓ=1,10g TZS=2,35g	Óvoda: EN=183,20kcal FH=6,65g ZS=6,92g SZH=22,78g CK=0,08g SÓ=0,95g TZS=1,81g	Iskola: EN=210,70kcal FH=7,59g ZS=7,02g SZH=28,32g CK=0,10g SÓ=1,09g TZS=1,85g	K.Iskola: EN=341,30kcal FH=12,56g ZS=13,76g SZH=40,36g CK=0,14g SÓ=1,76g TZS=3,58g
CSÜTÖRTÖK 2025.06.19.	Tea citromos; Házi pulykahúsoskrém 'glutén, tejmentes' (2, 4)*; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*; Zöldpaprika;			Almaleves 'tejmentes'; Paprikás burgonya sertéshússal; Csemege uborka (11)*;			Toast sonkás felvágott (diéta); Bebo margarin 10g; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;		
	Óvoda: EN=167,72kcal FH=8,17g ZS=2,81g SZH=26,81g CK=5,18g SÓ=0,64g TZS=0,76g	Iskola: EN=216,48kcal FH=11,55g ZS=3,15g SZH=34,64g CK=7,22g SÓ=0,78g TZS=0,80g	K.Iskola: EN=289,32kcal FH=15,08g ZS=3,90g SZH=47,35g CK=9,27g SÓ=1,08g TZS=1,00g	Óvoda: EN=527,70kcal FH=23,32g ZS=16,57g SZH=65,38g CK=21,81g SÓ=1,08g TZS=1,02g	Iskola: EN=653,74kcal FH=29,10g ZS=19,32g SZH=83,45g CK=29,47g SÓ=1,53g TZS=1,12g	K.Iskola: EN=758,41kcal FH=32,74g ZS=21,25g SZH=100,36g CK=36,04g SÓ=1,95g TZS=1,23g	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	K.Iskola: EN=242,20kcal FH=10,33g ZS=4,92g SZH=38,09g CK=0,14g SÓ=2,23g TZS=1,31g
PÉNTEK 2025.06.20.	Tea csipkebogyó; Zala Kométa; Bebo margarin 10g; Zsemle (adalékmentes) (1)*; Uborka;			Burgonyaleves (tejmentes); Vagdalt csirke(tojás-, lisztmentes); Parajfőzelék 'tejmentes'; Főtt burgonya; Kenyér 'Adalékmentes' (1)*;			Mini dzsem (13)*; Bebo margarin 10g; Molnárika (allergénmentes) (1)*;		
	Óvoda: EN=237,18kcal FH=7,25g ZS=6,93g SZH=35,35g CK=5,22g SÓ=1,03g TZS=1,98g	Iskola: EN=286,42kcal FH=10,05g ZS=9,95g SZH=38,01g CK=7,28g SÓ=1,36g TZS=3,06g	K.Iskola: EN=315,04kcal FH=11,45g ZS=11,46g SZH=40,34g CK=9,31g SÓ=1,52g TZS=3,60g	Óvoda: EN=615,62kcal FH=24,97g ZS=18,00g SZH=83,79g CK=4,14g SÓ=1,28g TZS=1,58g	Iskola: EN=792,65kcal FH=32,28g ZS=24,08g SZH=105,66g CK=5,33g SÓ=1,75g TZS=2,13g	K.Iskola: EN=969,80kcal FH=38,07g ZS=29,68g SZH=130,08g CK=6,11g SÓ=2,22g TZS=2,72g	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	K.Iskola: EN=315,50kcal FH=3,85g ZS=5,55g SZH=60,45g CK=30,95g SÓ=0,35g TZS=1,05g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Jó étvágyat kívánunk



Tápanyagtartalom: EN=Számitott 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=Csilagfűrt; 15=Édesítőszer; 16=Puhatestűek

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:

0200A1 Tej-, Tejtermékmentes

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. dietetikusától kérhet az alábbi telefonszámon (+36-30-535-3081)

Suli-Host
Étkeztetési
Rendszer 3.0