

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

SZOMBATHELY

Iskola

2019. február 25 – március 3.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Sajtos meleg szendvics félbarna kenyérrrel	Zabkása fahéjas szórat	Karamellás tej Finomkrém Zsemle	Tej Lenmagos sajtkrém Félbarna kenyér Póréhagyma	Tej Mákos kevert		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,5,7,8	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:406 ZS: 14,9 TZS: 9,0 FH: 24,1 SZH: 45,6 CK: 1,2 SÓ: 2,3	EN: 329 ZS: 9,3 TZS: 4,2 FH: 13,5 SZH: 46,9 CK: 26,7 SÓ: 0,3	EN: 376 ZS: 8,9 TZS: 4,0 FH: 20,6 SZH: 51,5 CK: 10,6 SÓ: 1,0	EN: 343 ZS: 9,7 TZS: 5,4 FH: 16,4 SZH: 46,7 CK: 2,0 SÓ: 1,6	EN: 381 ZS: 15,0 TZS: 4,3 FH: 14,1 SZH: 45,9 CK: 18,8 SÓ: 0,9	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Lebbencsleves Sertéspörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér	Karfiolleves Bolognai sertéshúsos spagetti Reszelt sajt	Magyaros gombaleves Rakott zöldbab Teljes kiőrlésű kenyér Narancs	Citromos kerti leves Serpényös burgonya kolbásszal Cékla saláta Teljes kiőrlésű kenyér	Vegyes gyümölcsleves Halvagdalt Rozmaringos sárgarépa püré Vajjas burgonya		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,4,7,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:677 ZS: 27,5 TZS: 7,3 FH: 31,8 SZH: 70,9 CK: 4,4 SÓ: 2,5	EN: 761 ZS: 31,6 TZS: 8,0 FH: 34,3 SZH: 80,4 CK: 4,5 SÓ: 1,3	EN: 706 ZS: 18,4 TZS: 5,5 FH: 31,6 SZH: 94,0 CK: 13,4 SÓ: 2,5	EN: 764 ZS: 25,9 TZS: 8,4 FH: 25,5 SZH: 102,4 CK: 8,6 SÓ: 3,7	EN: 717 ZS: 13,0 TZS: 3,6 FH: 33,1 SZH: 112,6 CK: 22,1 SÓ: 1,2	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájás Császárszemle Jégcsapretek	Zala felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kigyóuborka	Mese fitt omlós keksz Alma	Natúr joghurt Kifli	Csirkemell sonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Zöldpaprika		
<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,8	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:220 ZS: 9,1 TZS: 4,0 FH: 8,8 SZH: 24,1 CK: 0,7 SÓ: 1,3	EN: 229 ZS: 7,6 TZS: 2,3 FH: 9,0 SZH: 30,0 CK: 0,7 SÓ: 1,5	EN: 230 ZS: 8,0 TZS: 0,0 FH: 3,9 SZH: 34,1 CK: 17,0 SÓ: 0,2	EN: 194 ZS: 3,8 TZS: 0,9 FH: 7,7 SZH: 31,5 CK: 0,7 SÓ: 0,7	EN: 204 ZS: 4,1 TZS: 0,6 FH: 13,3 SZH: 30,3 CK: 0,8 SÓ: 1,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

SZOMBATHELY

Iskola

2019. március 4–10.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tejbedara fahéjas szórát	Tej Petrezselymes sárgarépakrém Császárszemle	Tej Méz Margarin Félbarna kenyér	Tej Házi kakaós kalács	Tej Sajtkrém Teljes kiőrlésű zsemle		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:322 ZS: 4,1 TZS: 2,1 FH: 12,7 SZH: 57,5 CK: 16,9 SÓ: 0,3	EN: 289 ZS: 8,8 TZS: 2,3 FH: 11,4 SZH: 40,2 CK: 0,9 SÓ: 0,9	EN: 329 ZS: 5,6 TZS: 1,8 FH: 12,8 SZH: 58,6 CK: 16,2 SÓ: 1,4	EN: 341 ZS: 8,4 TZS: 3,8 FH: 12,7 SZH: 52,6 CK: 11,2 SÓ: 0,3	EN: 299 ZS: 8,3 TZS: 4,9 FH: 13,4 SZH: 41,6 CK: 2,7 SÓ: 1,5	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

EBÉD

Tojásos leves Lecsós sertésragu Párolt rizs Mandarin	Csontleves Toros káposzta Teljes kiőrlésű kenyér Farsangi fánk	Bableves Túrós tészta Alma	Zellerleves Rakott burgonya kolbásszal Csemege uborka	Zöldség krémleves morzsolt kukorica Rántott csirkemell filé Petrezselymes burgonya Házi vegyes saláta		
<u>Allergének:</u> 1,3	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:674 ZS: 27,7 TZS: 4,7 FH: 27,1 SZH: 74,7 CK: 8,2 SÓ: 2,4	EN: 863 ZS: 31,3 TZS: 7,6 FH: 37,1 SZH:100,7 CK: 15,6 SÓ: 2,9	EN: 713 ZS: 21,8 TZS: 6,3 FH: 33,1 SZH: 91,0 CK: 14,0 SÓ: 0,7	EN: 728 ZS: 33,3 TZS: 10,4 FH: 28,5 SZH: 75,0 CK: 2,4 SÓ: 2,8	EN: 798 ZS: 14,0 TZS: 3,1 FH: 43,6 SZH: 118,4 CK: 8,8 SÓ: 1,0	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

UZSONNA

Trappista sajt Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Kigyóuborka	Magvas vajkrém Margarin Teljes kiőrlésű kifli Lilahagyma	Snidlinges tojáskrém Teljes kiőrlésű zsemle	Soproni felvágott Margarin Zsemle Zöldpaprika	Gyümölcsjoghurt Kifli		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7,11	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:316 ZS: 13,8 TZS: 7,3 FH: 16,5 SZH: 30,2 CK: 0,7 SÓ: 1,7	EN: 249 ZS: 12,3 TZS: 3,4 FH: 6,3 SZH: 27,9 CK: 0,1 SÓ: 1,0	EN: 259 ZS: 8,5 TZS: 2,9 FH: 10,8 SZH: 33,2 CK: 0,9 SÓ: 1,0	EN: 242 ZS: 8,9 TZS: 2,7 FH: 8,3 SZH: 31,3 CK: 0,2 SÓ: 1,3	EN: 223 ZS: 3,2 TZS: 2,3 FH: 6,6 SZH: 40,9 CK: 14,2 SÓ: 0,6	EN: ZS: SZH:	EN: ZS: SZH:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



ÉTLAP

HUNGAST
Kérlek még!

SZOMBATHELY

Iskola

2019. március 11–17.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tejeskávé
Briós

Allergének:
1,3,7

EN:298
ZS: 5,8 TZS: 2,9 FH: 10,6
SZH: 50,0 CK: 16,3 SÓ: 0,5

Tej
Mogyorós krém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,5,7

EN: 352
ZS: 9,8 TZS: 1,8 FH: 14,0
SZH: 53,8 CK: 9,6 SÓ: 1,3

Tej
Petrezselymes tojáskrém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,7,10

EN: 349
ZS: 11,0 TZS: 4,6 FH: 17,9
SZH: 46,0 CK: 0,2 SÓ: 1,5

Tej
Meleg szendvics
teljes kiőrlésű kenyérral

Allergének:
1,7

EN: 411
ZS: 15,0 TZS: 8,9 FH: 23,2
SZH: 43,2 CK: 1,2 SÓ: 2,2

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Karfiolleves
Stroganoff sertésragu*
Szarvacskás tészta
Kivi

Allergének:
1,3,7,10

EN:725
ZS: 26,3 TZS: 5,2 FH: 32,8
SZH: 84,9 CK: 1,9 SÓ: 1,6

Szárnyasragu leves
Főtt tojás
Parajmártás
Főtt burgonya
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 754
ZS: 20,0 TZS: 3,9 FH: 36,8
SZH: 101,0 CK: 0,2 SÓ: 2,4

Újhagymás lencseleves*
Morzsás nudli
fahéjas szórát
Szilva befőtt

Allergének:
1,3,9,10

EN: 711
ZS: 8,6 TZS: 0,8 FH: 20,6
SZH: 113,3 CK: 24,8 SÓ: 2,1

Tyúk erőleves
Panírozott halszelet
Nemzeti burgonyapüré
Házi csalamádé

Allergének:
1,3,4,7,9,12

EN: 701
ZS: 24,2 TZS: 2,4 FH: 29,5
SZH: 89,0 CK: 8,3 SÓ: 2,8

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Szezámgyöngyös sajtkrém
Teljes kiőrlésű kifli
Kígyóborka

Allergének:
1,7,11

EN:282
ZS: 14,4 TZS: 3,7 FH: 10,0
SZH: 27,8 CK: 2,0 SÓ: 1,4

Olasz felvágott
Margarin
Császárszemle
Jégcsapretek

Allergének:
1,7

EN: 214
ZS: 9,1 TZS: 2,9 FH: 7,6
SZH: 24,7 CK: 1,0 SÓ: 1,1

Padlizsánkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Póréhagyma

Allergének:
1,3,10

EN: 249
ZS: 7,3 TZS: 1,0 FH: 6,9
SZH: 33,3 CK: 2,6 SÓ: 1,2

Csirkemell sonka
Margarin
Zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1

EN: 204
ZS: 4,1 TZS: 0,6 FH: 12,5
SZH: 31,0 CK: 0,2 SÓ: 1,3

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyezéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



ÉTLAP

SZOMBATHELY

Iskola

2019. március 18–24.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tejbedara Kakaó szórát	Tej Körözött Félbarna kenyér	Tej Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé Házi foszlós kalács	Tej Citromos tonhalkrém Félbarna kenyér Kígyóborka		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,3,7	<u>Allergének:</u> 1,4,6,7,10	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:324 ZS: 4,3 TZS: 2,3 FH: 12,4 SZH: 57,6 CK: 16,8 SÓ: 0,3	EN: 354 ZS: 9,9 TZS: 5,3 FH: 21,6 SZH: 45,8 CK: 3,1 SÓ: 1,5	EN: 306 ZS: 8,3 TZS: 2,5 FH: 14,8 SZH: 40,2 CK: 0,0 SÓ: 1,3	EN: 376 ZS: 9,0 TZS: 4,0 FH: 12,2 SZH: 60,6 CK: 20,1 SÓ: 0,4	EN: 393 ZS: 13,7 TZS: 3,5 FH: 23,9 SZH: 45,6 CK: 0,2 SÓ: 1,9	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Köménymagleves Leves gyöngy Mexikói sertéstokány Petrezselymes rizs Alma	Daragaluska leves Sertéspörkölt Tököfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma	Frankfurti leves Dejős tészta Mandarin	Brokkoli krémleves Reszelt sajt Leccsós csirkemáj Párolt rizs Cékla saláta	Paradicsomleves zellercsík Dinó szelet Petrezselymes burgonya Tartármártás		
<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,6,7,8,9,10,12	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,3,5,6,7,9,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:750 ZS: 26,9 TZS: 4,2 FH: 28,9 SZH: 93,4 CK: 10,0 SÓ: 1,3	EN: 723 ZS: 26,6 TZS: 7,0 FH: 33,2 SZH: 81,9 CK: 13,7 SÓ: 2,6	EN: 726 ZS: 22,6 TZS: 5,3 FH: 24,9 SZH:102,3 CK: 31,5 SÓ: 1,9	EN: 715 ZS: 23,7 TZS: 7,4 FH: 36,5 SZH: 85,5 CK: 7,4 SÓ: 3,1	EN: 736 ZS: 29,6 TZS: 5,5 FH: 21,1 SZH: 92,4 CK: 13,5 SÓ: 2,0	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Vaj Teljes kiőrlésű kenyér Savanyú káposzta	Párizsi Margarin Zsemle	Babpástétom Félbarna kenyér	Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Jégcsapretek	Natúr joghurt Teljes kiőrlésű kifli		
<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6	<u>Allergének:</u> 1,10	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:237 ZS: 8,8 TZS: 0,2 FH: 6,6 SZH: 31,1 CK: 0,0 SÓ: 1,5	EN: 227 ZS: 8,0 TZS: 2,5 FH: 7,5 SZH: 30,3 CK: 0,1 SÓ: 1,4	EN: 275 ZS: 3,4 TZS: 0,6 FH: 12,7 SZH: 49,6 CK: 0,1 SÓ: 1,3	EN: 218 ZS: 4,7 TZS: 0,9 FH: 12,3 SZH: 30,0 CK: 0,7 SÓ: 1,1	EN: 180 ZS: 3,4 TZS: 0,5 FH: 8,0 SZH: 28,7 CK: 0,0 SÓ: 1,0	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákkfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

SZOMBATHELY

Iskola

2019. március 25–31.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:343 ZS: 5,6 TZS: 1,8 FH: 12,8 SZH: 61,8 CK: 16,3 SÓ: 1,4</p>	<p>Tej Reszelt sajt Sajtos meleg szendvics félbarna kenyérral Karalábé hasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 418 ZS: 15,0 TZS: 9,0 FH: 24,7 SZH: 47,7 CK: 2,2 SÓ: 2,3</p>	<p>Zabkása fahéjas szórát</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 329 ZS: 9,3 TZS: 4,2 FH: 13,5 SZH: 46,9 CK: 26,7 SÓ: 0,3</p>	<p>Tej Vajkrém Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 294 ZS: 10,7 TZS: 5,4 FH: 11,1 SZH: 37,5 CK: 0,8 SÓ: 0,8</p>	<p>Tej Finomkrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 348 ZS: 9,1 TZS: 3,9 FH: 21,2 SZH: 42,2 CK: 1,5 SÓ: 1,4</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	--	---	--	--	--	--

EBÉD

<p>Fokhagyma krémleves sárgarépa kocka Hentes sertés tokány Párolt rizs Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:712 ZS: 27,2 TZS: 7,4 FH: 28,6 SZH: 84,2 CK: 10,0 SÓ: 2,1</p>	<p>Csontleves Sertéshúsos paradicsomos káposzta Teljes kiőrlésű kenyér Túró Rudi</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9</p> <p>EN: 703 ZS: 20,7 TZS: 7,1 FH: 33,8 SZH: 88,6 CK: 26,7 SÓ: 2,0</p>	<p>Húsgaluska leves Burgonyás tészta Csemege uborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,12</p> <p>EN: 740 ZS: 24,9 TZS: 5,7 FH: 27,5 SZH: 96,7 CK: 1,0 SÓ: 1,7</p>	<p>Reszelt tészta leves Főtt virsli Sárgaborsó püré Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,6,7,9,10</p> <p>EN: 701 ZS: 18,8 TZS: 4,4 FH: 32,4 SZH: 95,4 CK: 9,8 SÓ: 2,8</p>	<p>Vaníliás körteleves Pritaminos halpogácsa Hagymás törtburgonya Házi vegyes saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,12</p> <p>EN: 728 ZS: 18,2 TZS: 7,0 FH: 34,0 SZH: 103,3 CK: 34,2 SÓ: 1,2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	---	--	--	---	--	--

UZSONNA

<p>Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,7</p> <p>EN:254 ZS: 9,0 TZS: 3,8 FH: 10,1 SZH: 30,0 CK: 0,0 SÓ: 1,9</p>	<p>Padlizsánkrém Császárszemle</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,10</p> <p>EN: 199 ZS: 7,3 TZS: 1,2 FH: 4,7 SZH: 26,7 CK: 3,3 SÓ: 0,6</p>	<p>Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Póréhagyma</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 251 ZS: 8,9 TZS: 2,7 FH: 9,5 SZH: 30,0 CK: 1,0 SÓ: 1,4</p>	<p>Sajtos-köménymagos stangli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 306 ZS: 11,7 TZS: 3,7 FH: 10,9 SZH: 37,8 CK: 0,0 SÓ: 0,8</p>	<p>Gyümölcsjoghurt Margarin Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 242 ZS: 5,2 TZS: 2,3 FH: 6,6 SZH: 40,9 CK: 14,2 SÓ: 0,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
---	---	---	---	--	--	--

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.

Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársaink! Diétás étkezést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedat kérjük, megértésedet köszönjük.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

